

TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ

Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky

Studijní program: Sociální práce

Studijní obor: Penitenciární péče

Kód oboru: 7502R023

Název bakalářské práce:

STRESOVÉ SITUACE V POLICEJNÍ PRAXI

STRESS IN POLICE PROFESSION

Autor:

David Fof

Rumburských hrdinů 819

473 01 Nový Bor

Podpis autora: _____

Vedoucí práce: PhDr. Jan Sochůrek, PhD.

Počet:

stran	obrázků	tabulek	grafů	zdrojů	příloh
97	0	2	38	12	2 + 1 CD

CD obsahuje **celé** znění bakalářské práce.

V Liberci dne:30.04.2007

Stresové situace v policejní praxi

Prohlášení

Byl jsem seznámen s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědom povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Bakalářskou práci jsem vypracoval samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím bakalářské práce a konzultantem.

V Liberci dne: 30.04.2007

David FOF

Poděkování

Rád bych touto formou poděkoval PhDr. Janu Sochůrkovi, PhD. ze vedení bakalářské práce a za odbornou pomoc při jejím vypracování, Ing. Zuzaně Dlouhé, která mi pomohla při statistickém zpracování získaných dat, a policistům sloužícím na okrese Česká Lípa za vstřícný přístup při vyplňování dotazníků.

STRESOVÉ SITUACE V POLICEJNÍ PRAXI

FOF David

BP-2007

Vedoucí BP: PhDr. Jan Sochůrek PhD.

Resumé

Cílem této bakalářské práce bylo zmapovat problematiku stresových nebo-li zátěžových situací v policejní praxi, získat reálné a faktické informace od policistů sloužících na okrese Česká Lípa, zjistit, jak často se dostávají do stresových situací a o které situace se jedná, které zátěžové situace jsou náročnější a které méně. Potřebné informace byly získány výzkumem realizovaným mezi policisty, kteří slouží na okrese Česká Lípa. Jednalo se o policisty dopravní a hlídkové policie, policisty sloužícími na obvodních odděleních, příslušníky služby kriminální policie a vyšetřování a policisty městské policie Nový Bor. První část práce je věnována teoretickému zmapování stresových situací u policie. Druhá část se věnovala teorii výzkumu, třetí část popisuje samotnou realizaci výzkumu. Nejrozsáhlejší část práce je zaměřena na vyhodnocení získaných informací. V závěru práce je posouzeno naplnění předem stanovených cílů.

Summary

The aim of this dissertation is to describe problems associated with stress as well as the difficulties which can be faced by police officers. Obtain real and pragmatic information provided by officers working in Ceska Lipa district, to find out how often they can get into stress situations and describe such situations. Furthermore, it will investigate what kind of stress conditions are more difficult to handle than other. Required information was obtained from research which took place in the police station Ceska Lipa district. Discussed parties are traffic police, city council police, criminal police and metropolitan police Novy Bor. The first part of the dissertation focuses on a theoretical description of stress situations. The second part is about aims and objectives used for research. The third part describes methodology. The last and the most important part of the dissertation will cover results and data evaluation. At last of the research is reviewed the purpose of the dissertation.

Résumé

L'objectif de ce mémoire de maîtrise est de présenter la problématique des situations stressantes et encombrantes dans les activités policières, de recevoir des informations objectives des policiers travaillant dans la région de Česká Lípa. En plus il s'agit de constater, combien de fois les policiers se trouvent dans des situations de stress et spécifier quelles sont les situations moins ou plus stressantes. Les informations nécessaires ont été complétées par l'enquête réalisée parmi les policiers travaillant dans la région de Česká Lípa. Concrètement il s'agit des agents de la police de route et de la police antiémeute, des policiers travaillant dans les départements des quartiers et des agents de la police judiciaire et de la police urbaine. La première partie du mémoire est consacrée à la théorie du stress dans le travail des policiers. Le chapitre 2 contient une théorie de la recherche, le chapitre 3 relate de la réalisation de cette recherche en pratique. La partie la plus grande est consacrée au traitement des informations par les méthodes statistiques. Dans la partie finale du travail, on donne une présentation des conclusions.

Klíčová slova

Adaptace, debriefing, defusing, deprivace, dotazník, etapy, frustrace, konflikt, krizová intervence, nebezpečné situace, peer-support, policie, post-shooting trauma, policejní stres, posttraumatická porucha, použití střelné zbraně, problém, přežít, respondent, situace, sociologický výzkum, stres, survivabilita, taktická příprava, zátěž.

Keywords

Adaptation, crisis intervention, conflict, dangerous situation, debriefing, defusing, deprivation, frustration, informant, peer-support, police stress, post-shooting trauma, police, post-traumatic disturbance, problem, questionnaire, situation, sociologic research, stages, stress, survive, tactical training, usage gun.

Obsah

Úvod.....	9
1 Zátěž.....	10
1.1 Stres.....	11
1.2 Reakce na závažný stres.....	15
1.2.1 Akutní reakce na stres.....	16
1.2.2 Posttraumatická stresová porucha.....	17
1.2.3 Poruchy přizpůsobení.....	18
2 Zátěžové situace z pohledu policejní praxe	23
2.1 Policejní stres.....	24
2.2 Použití služební zbraně proti člověku	25
2.3 Přežití v nebezpečných situacích	27
2.3.1 Survivabilita.....	28
2.4 Taktická příprava na střet.....	39
3 Sociologický výzkum.....	44
3.1 Etapy sociologického výzkumu	44
3.2 Metody sběru primárních dat.....	46
3.3 Tvorba dotazníku	46
3.4 Vyhodnocování získaných dat	49
3.5 Závěrečná zpráva	49
4 Realizace šetření.....	51
4.1 Popis realizace šetření.....	51
4.2 Vyhodnocení šetření	55
4.2.1 Struktura respondentů	55
4.2.2 Četnost pocitu ohrožení při výkonu policejní práce	57
4.2.3 Stresovost situací typických pro policejní praxi	63
4.2.4 Subjektivní pravděpodobnost výskytu situací typických pro policejní praxi ..	71
4.2.5 Způsob vyrovnávání se s traumatizující událostí.....	81
4.2.6 Poskytování odborné psychologické pomoci policistům.....	81
4.2.7 Prevence a možnost předcházení stresových situací v policejní práci.....	83
4.2.8 Možnosti zlepšení výcviku	86
4.2.9 Použití střelné zbraně při výkonu zaměstnání	87
5 Závěrečná doporučení	89
5.1 Zhodnocení předpokladů	89
6 Závěr	95
7 Seznam použitých informačních zdrojů	96
8 Seznam příloh	97

Úvod

Policejní práce je velice náročná. Policista se denně setkává se situacemi, které jsou více či méně stresující a tudíž zátěžové pro jeho organismus. Povolání policistů je charakteristické překonávání zátěžových situací různého druhu. I lidé, vůči kterým policista vykonává svou činnost, prožívají často svou situaci jako obtížnou, nepříjemnou, zátěžovou a to ovlivňuje jejich reakce a chování vůči policistovi. Úkolem této práce je zmapovat problematiku stresových nebo-li zátěžových situací v policejní praxi. Práce si však neklade za cíl nalézt lék na vymícení „policejního stresu“. To není ani ve skutečnosti možné. Stres byl, je a bude. Hlavním přínosem této práce je získání reálných, faktických a subjektivních informací od policistů, kteří slouží na okrese Česká Lípa. Jak samotní policisté chápou policejní stres a jednotlivé stresové situace, jakou jim přikládají váhu, jak moc jsou pro ně jednotlivé situace z policejní praxe zátěžové, jak by si představovali posttraumatickou pomoc, kdo by jí měl poskytovat a za jakých okolností, zda si tito policisté myslí, že se dá stresovým situacím předcházet a jaké způsoby by navrhovali - to jsou otázky, na které se snaží tato práce najít odpověď. Jeden z hlavních důvodů, proč jsem si vybral problematiku zátěže v policejní praxi, je fakt, že pracuji u policie již 10 let a pociťuji, že v tomto povolání přibývá stresových situací, stoupá agresivita pachatelů, zločiny jsou čím dál tím promyšlenější, zlepšuje se příprava a vybavení pachatelů apod. Nikdo však tento problém zatím nezačal v praxi konstruktivně řešit.

Velmi oceňuji, že mi jednotliví policisté a někdy i celé útvary vyšli vstříc při realizaci výzkumu. Při vypracovávání praktické části této práce jsem poznal, že samotní policisté mají velký zájem na tom, aby tento problém začal někdo řešit. Jsou si dobře vědomi toho, že pokud se stávající situace nezmění, budou tím nejvíc trpět právě oni a jejich rodiny.

1 Zátěž

Odborná literatura rozlišuje pět typů zátěžových situací: frustrace, deprivace, konflikt, problémy a stres. Frustrace je situace, kdy vnější či vnitřní překážky blokují možnost uspokojení aktuálních potřeb jedince. Deprivace je chápána jako zvláštní frustrační situace, kdy jedinec strádá v důsledku absence vnějších podnětů nutných pro uspokojení aktuálních potřeb. Konflikty představují v psychologickém slova smyslu situace, kdy zátěž nastává v důsledku střetu různých soupeřících tlaků. V případě vnitřních intrapsychických konfliktů se střetávají vnitřní psychické síly, motivy. V případě vnějších interpersonálních konfliktů je jedinec postaven před nutnost volby mezi vnějšími, vzájemně neslučitelnými tlaky. Problémy představují zátěžové situace, jejichž podstatou jsou zvýšené nároky obsažené v úkolech, které má jedinec řešit. Od jedince je vyžadováno pochopení nové, nestandardní situace, pro jejíž řešení nepostačují dosavadní navyklá a vyzkoušená schémata či postupy. Stres je spojován se situacemi, kdy se od jedince vyžadují sice obvyklé a osvojené činnosti, ovšem za ztížených či tísnivých podmínek pro jejich realizaci. Obvyklé úkony jsou ztěžovány nebo narušovány vnějšími tlaky a podmínkami, například časovým deficitem, pocitem ohrožení nebo zvýšené výjimečné odpovědnosti apod.¹⁾ Tato práce se bude problematice stresu věnovat podrobněji.

¹ Čírtková, L., Policejní psychologie, 2006, s.126

1.1 Stres

Pojem stres (napětí, zátěž) poprvé použil pro označení charakteristických fyziologických projevů, jimiž organismus reaguje na různé zátěže, kanadský endokrinolog . H. Selye ².

Český pojem „stres“ je odvozen od uměle vytvořeného slova „stress“, které zavedl výše uvedený H. Selye. Pojem stres vyjadřuje odpověď organismu a osobnosti na zátěžovou situaci. Působící tlak znesnadňuje uspokojování potřeb, plnění úkolů a dosažení síle. Příčina - zdroj - stresu se nazývá stresor. Z psychologického hlediska lze stres chápat jako stav nadměrného zatížení či ohrožení.

Stres bývá také chápán jako soubor reakcí organismu a osobnosti na vnitřní nebo zevní změny, narušující normální „klidový“ chod fungování organismu a osobnosti nebo dokonce ohrožující jejich existenci. Působící vlivy se označují jako zátěžové, stresové, stresory nebo prostě rovněž stres. Pojmy, které se vztahují k vymezení problematiky stresu nejsou užívány jednotně. Slovo stres se užívá jednak jako souhrnný pojem pro vyjádření rozmanitých podob zátěžových situací, tak jako vyjádření specifického druhu zátěžové situace. S rozdílnými akcenty problematiky stresu pracují obory fyziologie, psychologie, sociologie či ekologie. Jako příklady stresu se uvádějí stres biologický (např. chlad, infekce, otrava jedovatou látkou), senzorický (rušivý hluk), sociální (tlak nepříznivé mezilidské situace).

V širokém smyslu pojem stres splývá s pojmem zátěže, které je člověk vystaven. Právě takto široce se pak rozlišuje:

- **eustres** - zátěž podněcující k činnosti, která má kladnou funkci, trénuje a posiluje jedince, je zdrojem rozvoje a pokroku osobnosti, ve svých důsledcích člověku prospívá.

² Selye, H., Život a stres, s. 248

- **distres** - zátěž oslabující jedince a blokuující činnost, má negativní důsledky v prožívání, v tělesných procesech, v mezilidském chování, ve svých důsledcích člověku škodí.

V užším smyslu pojem stres vyjadřuje jeden ze specifických typů zátěžových situací. Stres se od frustrace liší tím, že nejde o totální zmaření či zablokování potřeby, ale o ztížení cesty k ní či vlastního cíle. Stres se vyznačuje spíše pocitem úzkosti a nejistoty, kdežto frustrace spíše pocitem nelibosti ze zklamání.

Stres nemusí mít vždy jen negativní význam. Určité množství, lépe řečeno určitá varianta stresu, může člověka aktivizovat, stimulovat, nabudit jej k hledání účelného řešení situace a tím rozvíjet jeho kompetence. Vyhledávání stresových situací může být dokonce i úmyslné, protože pro někoho navozuje příjemné pocity, které jsou způsobeny vyplavováním endorfinů do mozku. Tato tendence se projevuje potřebou extrémních sportů, přetěžováním nadměrnými výkony apod. Překonání zátěže podporuje pocit růstu vlastních možností a posiluje sebedůvěru.³⁾

Pro zátěž je podstatné, že rozpor mezi vnějšími nároky a způsobilostí jedince jimi čelit musí být subjektivně zaregistrován a prožíván. Pokud si jedinec tento rozpor neuvědomuje či nepřipouští, pak k zátěži jako takové nedochází. Současně může být situace subjektivně prožívána jako zátěžová, aniž by rozpor mezi tlakem situace a připraveností jedince skutečně nastal. Je zvláštností lidského prožívání, že zátěž může vzniknout pouze v důsledku předjímání osobní nedostatečnosti situaci zvládnout. I v případě takové pomyslné zátěže však nastupuje příznačná zátěžová reakce se všemi průvodními jevy a důsledky.

Příkladem může být následek kanadského žertíku v anglické policejní škole. Maskovaní studenti přepadli a svázali svého spolužáka. Za velmi věrohodně působících okolností jej odsoudili k trestu smrti stětím, které provedli mokřým ručníkem. Výsledkem byla okamžitá smrt postiženého mladého policisty.

³ Vágnerová, Psychopatologie pro pomáhající profese, 2004, s. 50

Další případ, který se stal v USA. Policista byl přesvědčen, že pokud dojde v jeho policejní praxi k přestřelce a on bude zraněn, určitě tomuto zranění podlehne. Touto svou obavou se netajil. Jednou byl při pouliční přestřelce opravdu zasažen do ramene. Policista na místě tomuto zranění podlehl. Lékaři následně toto zranění klasifikovali jako lehké.

I když je nepochybné, že psychické zátěže lidí vznikají především v důsledku skutečně existujícího rozporu mezi vlastní způsobilostí a tlakem náročné situace, vždy se tu do větší míry uplatní i prolínání skutečností s představami.

Psychologie i medicína prokázaly intenzivní vliv představ na psychofyzilogický stav jedince. Opakující se představy nepříjemných zážitků mohou u některých jedinců vystupovat dlouho před skutečným nástupem rozporu. Obdobně působí i opětovné vybavování nepříjemných zážitků v podobě paměťových představ i dlouho po reálném ukončení zátěže. Obrazně řečeno, největší peklo si člověk dovede vytvořit ve svém vlastním vnitru. Současně, ale platí, že představivost může fungovat i v opačném směru. Uklidňující, subjektivně příjemné a povzbuzující představy dokáží tlumit stresový charakter situace.

Pojem zátěž je souhrnným, obecným označením pro skutečný či pomyslný rozpor mezi vnějšími požadavky a vnitřní způsobilostí jedince je řešit.⁴⁾

Ke stresové reakci organismu dochází při jeho setkání se stresorem. (Slovo stresor pochází z anglické slovní zásoby. Označuje činitele vnějšího prostředí vyvolávající stav stresu či stresovou reakci. Mezi nejvýznamnější stresory patří hlad, podvýživa, uvědomovaná bída, hluk, konflikty a traumatické životní události .) Stresová reakce uvádí organismus do stádia pohotovosti a připravenosti k boji či útěku. Pokud toto řešení nevede k úspěchu, dostává se organismus do stavu útlumu a deprese.

Stres plní důležitou ochrannou a obrannou úlohu:

- přímo upozorňuje na nebezpečí či hrozbu,

⁴ Čírtková, L., Policejní psychologie, 2006, s. 125 – 126

- aktivizuje tělo i mysl prostřednictvím „poplachové reakce“,
- udržuje v pohotovosti, dokud hrozba či tlak nepominou.

Stresová reakce znamená mobilizaci energie pro účinnou akci. Spouští se, kdykoliv rozpoznáme, ať pravdivě či falešně, že jsme v ohrožení. Rychle proběhne řada procesů a změn, které tělo připravují na boj nebo útěk. Samotné příznaky stresu nebývají škodlivé. Tyto nám slouží jako signál, že bychom se měli vypořádat s problémem.

Život v dlouhodobém stresu však přináší škodlivé psychické i psychosomatické důsledky - působí proti tělesnému i duševnímu zdraví.

Stresová reakce organismu má 3 fáze:

1. fáze stresové reakce – poplachová fáze. Pokud organismus rozezná podnět jako stresový, vyvolá tento podnět neklid. Následuje výlev adrenalinu a noradrenalinu - je aktivován sympatikus (žebříčkovitě uspořádaná samostatná část nervového systému vystupující z míchy) . Tělo začne pracovat v jiném režimu. Aktivace sympatiku vede k uvolnění energie - dochází k vyplavení cukru, tuků a škrobů ze zásob do krve. Tato energie se krevním řečištěm zvýšeným tlakem dostává k mozku, svalům, srdci a plicím. Pro jiné orgány, které nejsou pro tento okamžik tolik důležité (např. trávicí ústrojí), je přívod energie a kyslíku omezen. Aktivace sympatiku se mimo jiné projeví zúžením cév v kůži (aby tělo při zranění nekrvácelo), zrychlením tepu srdce, zrychlením dechu, zvýšením svalového napětí, rozšířením zornic.

2. fáze stresové reakce - všeobecný adaptační syndrom. Po první reakci alarmu nastává zklidnění. Adaptační reakce přichází ve chvíli, kdy se poplachová reakce vyčerpala. K tomu může dojít přesto, že se překážku či problém nepodařilo vyřešit. Organismus si pak vytváří ochranu pro překonání nepříznivé situace. Ve vegetativním systému je aktivován parasympatikus (část autonomního nervstva vystupující z páteře.) Zesílena je útlumová složka, přednostně je zajišťováno trávení. Přestože organismus funguje v útlumovém režimu, stojí ho to hodně energie i při adaptační reakci neekonomicky užívá rezerv.

Mobilizaci energie zajišťují mozkové mechanismy a hormony kůry nadledvinek. Při dostatečné hladině těchto hormonů přestává mozek dávat impulzy pro udržování stresové reakce. Stresová reakce může doznít. Pokud je ale zpětný signál nedostatečný nebo je mozek k němu po dlouhodobém stresu znecitlivělý, dochází k dalšímu pokračování nebo stupňování stresové reakce (to je typické pro depresivní a úzkostné poruchy a psychosomatická onemocnění).

3. fáze - vyčerpání. Postupně se začíná zhoršovat kvalita výkonu a chování zaměřené k dosažení cíle se mění na chování zaměřené na obranu sebe sama. Dochází k emočním odpovědím, dezorganizaci chování a konečně ke stavu, který vylučuje efektivní reagování na okolí. Adaptační mechanismy vyrovnávání se zátěží se hroutí.

Stres odčerpává zásoby **adaptační energie**, kterých má každý člověk jen omezené množství. Dlouhodobé působení nadměrně zátěžových podmínek je škodlivé pro tělesné, psychologické a psychosociální fungování člověka.⁵⁾

Stresové reakce jsou velmi funkční pokud jde o ochranu života, v současné době mají stresory převážně podobu psychického ohrožení. Odbourání nahromaděné energie a stresových hormonů, pomocí boje nebo útěku však nedochází. Častým používáním stresových mechanismů však dochází k přetěžování organismu a k rozvoji civilizačních chorob. Odbourávání adrenalinu a nonadrenalinu a snížení bojové pohotovosti dochází například pohybem.

1.2 Reakce na závažný stres

Reakce na závažný stres se dle Šopka⁶⁾ rozlišují ve vztahu k příčině (zdroji) a charakteru stresu, intenzitě zátěže, trvání zátěže, druhu a závažnosti reakcí a času, jak dlouho reakce na traumatickou událost trvají a odeznívají.

⁵ Šopek, J. Zátěž a protistresový program, 2004, s. 9

⁶ Šopek, J. Zátěž a protistresový program, 2004, s. 38-40

1.2.1 Akutní reakce na stres

okamžitá (orientační čas trvání 8 hodin):

Přechodná porucha, k níž dochází v odpověď na vnější fyzickou nebo duševní zátěž u duševně zdravé osoby. Obvykle odeznívá v průběhu hodin, nejvýše dnů. Na charakter a závažnost akutních reakcí na stres mají vliv zranitelnost jedince a jeho adaptační kapacita. Příznaky jsou typicky smíšené a proměnlivé. Patří k nim vstupní fáze „omráčení“ s určitým zúžením vědomí a snížením pozornosti, s neschopností pochopit podněty a orientovat se. Tento stav může být následován buď dalším uzavřením se do sebe (až situaci nepřiměřenou ztuhlostí) nebo nadměrnou aktivitou a vzrušením. Běžné jsou takové tělesné příznaky, jako zrychlený tep a bušení u srdce, pocení, zrudnutí, sucho v ústech atd. Příznaky se obvykle objevují v průběhu minut po dopadu traumatické události a mizí během hodin, někdy až 2-3 dnů. Na událost může být částečný nebo úplný výpadek paměti (amnézie).

Mezi charakteristické projevy patří:

- společenská izolace,
- zúžení pozornosti,
- zřetelná desorientace, zmatenost,
- pocit neskutečnosti, nereálnosti sebe i situace (jako by to bylo ve filmu, jako bych to nebyl já, ale někdo jiný, cizí),
- hněv nebo slovní agrese,
- zoufalství nebo beznaděj,
- nepřiměřená nebo nesmyslná nadměrná aktivita, neklid,
- nekontrolovatelné a nadměrné projevy neštěstí a zármutku.

1.2.2 Posttraumatická stresová porucha

následná (orientační doba trvání do 6 měsíců).

Posttraumatická stresová porucha dále jen PTSP označuje soubor příznaků postihujících oběti, účastníky nehod a traumatizujících událostí. Může postihnout i blízké obětí, svědky nebo profesionály (policisty, záchranáře, hasiče...). Opožděná a trvající odpověď na stresovou událost nebo na situaci, krátkého nebo dlouhého trvání, která má výjimečně nebezpečný nebo katastrofický charakter, a která by pravděpodobně způsobila hluboké rozrušení téměř u kohokoliv. Typické jsou epizody opakovaného znovuprožívání traumatu v podobě neodbytných živých vzpomínek (flashbacků), snů nebo nočních můr, při kterých se vynořují dosud živé pocity ochromení a emočního oploštění, odtažení se od ostatních lidí, netečnost vůči okolí, ztráta radosti a vyhýbání se činností a situacím připomínajícím trauma.

Mezi charakteristické projevy patří:

- obtíže s usínáním nebo udržením spánku,
- podrážděnost nebo návaly hněvu,
- obtíže s udržením pozornosti,
- nadměrná úleková reaktivita,
- snaha vyhnout se myšlenkám, pocitům nebo rozhovorům spojeným s traumatem,
- snaha vyhnout se činností, místům nebo lidem, vyvolávajícím vzpomínku na trauma,
- neschopnost vyvolat si určitý důležitý moment traumatu,
- zřetelně je snížen zájem nebo účast na důležitých činnostech,
- pocit lhostejnosti nebo odcizení ve vztahu k jiným, dosud blízkým lidem,
- zúžený rozsah emotivity, např. neschopnost pociťovat a sdílet lásku,
- pocit omezených možností do budoucna, např. přestává mít zájem o kariéru, manželství, děti nebo ztrácí normální chuť do života.

Někdy se rozlišuje **akutní forma** poruchy, když trvá méně, než 3 měsíce. **Chronická**, když příznaky trvají déle než 3 měsíce. S **odloženým začátkem**, když příznaky začínají

nejméně 6 měsíců po traumatické události. PTSP se budeme blíže věnovat v další části této práce.

1.2.3 Poruchy přizpůsobení

dlouhodobé důsledky (orientačně se uvádí trvání delší než 6 měsíců).

Stavy subjektivních obtíží a poruch emotivity, které jsou obvykle na překážku společenskému styku a výkonu. Vytvářejí se v období adaptace na významnou životní změnu nebo na závažnou stresovou životní událost. Objevují se poruchy chování, změněné citové prožívání, narušení citů. Projevují se v rozmanitých podobách poruch vyvolaných silným stresem, neurotickými obtížemi psychického i somatického rázu. Podle převládajících příznaků se udávají poruchy charakterizované depresivní náladou, úzkostí, poruchami chování, poruchami emotivity a funkčními somatickými poruchami. Změny chování ve smyslu rezignace, pasivity, agresivity, zlosti, asociálnosti. Nejčastější je smíšená a nespecifikovaná podoba těchto poruch. Typická je neschopnost danou situaci řešit, plánovat život v delší perspektivě, selhávání v pracovní oblasti i narušení v osobních vztazích. Pocity ztráty smyslu, ztráty radosti ze života, chronické únavy. Někdy tendence k únikovým řešením narkotizací sebe alkoholem či farmaky. Či sklon radikálně, nepřiléhavě život změnit či ukončit. Vývoj problému může probíhat i pozvolna a skrytě, aniž by okolí bylo schopno si jeho závažnost dostatečně uvědomit.

PTSP

Posttraumatická stresová porucha je reakcí na jednorázový traumatický zážitek nebo na déle trvající stresovou situaci. Je charakteristická znovuprožíváním a přetrváváním této události ve vědomí, spojené s intenzivním strachem, pocit bezmoci, hrůzy a potřebou vyhnout se podnětům, které mohou být s touto zkušeností spojeny.⁷⁾

PTSP je dlouhodobější reakcí na traumatizující událost. Dle Vágnerové¹⁰⁾ postihuje přibližně 1-4% celkové populace, u žen bývá častější, až 7-10%. V rámci rizikových skupin např. válečných veteránů nebo obětí trestného činu je její výskyt mnohonásobně zvýšen, uváděná četnost postižených dosahuje až 35-58%.

⁷⁾ Vágnerová, Psychopatologie pro pomáhající profese, 2004, s.425

Touto poruchou trpí například 45% týraných žen, 31% válečných veteránů. Vzniká častěji jako reakce na dlouhodobější stres, který může být spojen s důsledky traumatického zážitku.

PTSP je prodlouženou oddálenou reakcí závažné traumatické zkušenosti, která se projevuje přetrváváním psychických i somatických potíží.

Jedním z důsledků PTSP je porucha emočního prožívání. Člověk postižený PTSP nemůže dosáhnout potřebného pocitu pohody a vyrovnanosti.

Typickými příznaky PTSP jsou chronická, přetrvávající úzkost, vnitřní napětí, zvýšená přecitlivělost a podrážděnost se sklonem k nepřiměřeným úlekovým reakcím. Tyto reakce vyvolávají zejména podněty, které mohou nějak připomínat traumatizující zážitek, ale mnohdy i podněty zcela neutrální. Na situace, jež aktivizují vzpomínky na prožité trauma, reagují tyto lidé intenzivními projevy akutního stresu. Mohou se vytvořit i fóbické reakce na podněty, které jsou s traumatem asociovány. Nemocní často bývají depresivní, někdy i suicidální.

Traumatická událost je znovu opakovaně prožívána. Mohou se vracet pocity úzkosti, strachu a hrůzy. Tyto prožitky mohou být stejně intenzivní, jako byly v době, kdy byl člověk vystaven skutečnému ohrožení. Nemocný může být těmito emočními vzpomínkami silně ovlivňován a zatěžován, mohou jej zcela paralyzovat.

Emoční porucha může mít i charakter citové strnulosti, otupělosti a vyhaslosti, může dojít ke zúžení emotivity, což se projevuje neschopností prožívat určité city. Nemocní například nejsou schopni pociťovat radost, uspokojení či prožívat citové vztahy. Emoční prožívání může být specifickým způsobem utlumeno kvůli celkovému vyčerpání, ale může jít i o obrannou reakci, která člověka chrání před další nepříjemnou zkušeností.⁸⁾

⁸ Vágnerová, Psychopatologie pro pomáhající profese, 2004 s.431-432

Za nejdůležitější příznaky PTSP jsou považovány následující projevy a potíže:

- prožitek události přesahující běžnou lidskou zkušenost
- opakované prožívání události v mysli (opakující se noční můry, opakující se nutkavé vzpomínky na událost, intenzivní úzkost při setkání s věcmi, které událost připomínají, náhlé impulzy chovat se tak, jako by událost znovu nastala)
- vyhýbání se podnětům souvisejícím či připomínajícím kritickou událost (úporná snaha vyhnout se myšlenkám na událost, nápadné úsilí vyhýbat se činnostem připomínajícím kritickou událost, neschopnost rozpomenout se na důležité okolnosti kritického děje, nápadný nezájem o jinak důležité věci nebo úkoly, pocit izolace od ostatních, pocit ztráty životních perspektiv)
- nervová labilizace (poruchy spánku, podrážděnost a záchvaty vzteku či naopak apatie a letargie, poruchy koncentrace, hypervigilance, zvýšená lekavost).

U policistů se PTSP může projevovat pozorovatelnými změnami chování, které vnímá okolí anebo dotyčný sám zhruba v následujících modalitách:

- zvýšenou citlivostí až přecitlivělostí na nebezpečí (např. zúžené vnímání),
- obavami z budoucích situací, strach ze ztráty kontroly (např. pocit blížící se paniky),
- nápadnými problémy s normami, služebními předpisy i s nadřízenými,
- konflikty v rodině, stažení se do sebe, sociální izolace,
- náhlým abúzem alkoholu nebo medikamentů,
- zdánlivě bezdůvodnou podrážděností a popudlivostí,
- pocitem ztráty smyslu života a smysluplnosti práce a nezřídka i sebevražednými náladami.

Na PTSP se momentálně nahlíží jako na celkem normální reakci duševně zdravého člověka na silně ohrožující a zcela mimořádnou situaci, ve které je konfrontován s děsivými fakty vyvolávajícími silné emoce.

Ke vzniku PTSP je však třeba doplnit dvě podstatná fakta.

- Potíže odpovídající obrazu PTSP se nemusí objevit okamžitě po kritické události. Mezi spouštěcím incidentem a následnými problémy v chování a prožívání postiženého jedince může uplynout delší časový interval. Je běžné, že příznaky přestálého silného stresu se vyskytnou až v době návratu ke všednímu dni.

- Dále je třeba zdůraznit, že PTSP nepředstavuje automatický důsledek evidentně krizových incidentů. PTSP reprezentuje sice normální reakci člověka na mimořádně zraňující vnější expozici, ale stejně tak normální je, jestliže se zúčastněné osoby vyrovnají s krizí bez následných potíží. Někteří autoři dokonce předpokládají, že vznik PTSP je výjimkou, nikoli pravidlem. Faktory, které ovlivňují, zda v konkrétním případě dojde, či nedojde k rozvoji PTSP, nejsou zatím blíže známy.

Mohlo by se zdát, že PTSP představuje druhořadou, méně významnou hrozbu, ale není to tak a problematice PTSP je věnována značná pozornost. Zejména pak toto tvrzení platí pro okruh profesí, které jsou označovány jako rizikové z hlediska pravděpodobnosti setkávání s traumatizujícími okolnostmi. Předpokládá se, že opakovaný kontakt se situacemi překračujícími běžnou lidskou představivost zvyšuje rapidně pravděpodobnost vzniku PTSP. Stručně řečeno právě u profesionálů, jako jsou policisté, hasiči, zdravotníci apod., kteří při výkonu své práce opakovaně přicházejí do kontaktu s otřesnými incidenty jsou rizika destabilizace psychiky vyšší.

Pokrizová pomoc

V současné době rozlišujeme tři základní typy pokrizové pomoci:

1. defusing
2. debriefing
3. krizová intervence (eventuálně spojená s následnou krátkodobou terapií).

Defusing je chápán jako spontánní, volné "popovídání si" o kritickém incidentu s kolegy, přáteli či eventuálně rodinnými příslušníky. Jde tedy o soukromý, neformální a ničím nesvázaný rozhovor o tom, co se dělo. Defusing (v českém překladu bychom nejspíše mohli hovořit o uvolňovacím rozhovoru) směřuje k odstranění výbušných emocí, které doprovází určitý zážitek. Defusing je považován za běžný, probíhá ovšem mimo oficiální pozornost pracovní organizace, není institucionálně regulován.

Debriefing představuje již institucionální a kvalifikované, odborné opatření. Původní význam anglického slova debriefing snad nejvíce vystihuje slovní spojení "porada po akci". Dnes je debriefing mezinárodně platným termínem používaným v tzv. psychologii neodkladné péče. Označuje specifický postup vedení rozhovoru s jednotlivcem či se skupinou, který je rozfázován do kroků na sebe navazujících. Jeho hlavním smyslem je pomoci účastníkům náročné a pravděpodobně traumatizující akce zpracovat vzpomínky a emoce z místa drastické události tak, aby se předešlo vzniku potíží v podobě PTSP.

Debriefing mohou zajišťovat experti (například psychologové), ale také vyškolení laici (například kolegové). Debriefing zajišťovaný kolegy se začal používat nejdříve v USA, později i v Evropě a dnes je považován za nejefektivnější opatření v ohrožených profesích, jako jsou záchranáři, policisté či hasiči. V těchto profesích se zavádí tzv. peer-support čili "kolegiální podpora" zajišťovaná poradci z vlastních řad. Proškolení poradci z vlastních řad (tj. z výkonných policistů, hasičů a záchranářů) jsou dnes považováni za nosný, hlavní článek institucionálně zajišťované péče o pracovníky po nebezpečné akci.⁹⁾

Výhodou peer-supportu je především fakt, že eliminuje rizika zbytečné psychologizace či psychiatrizace u jinak zdravých osobností. Účastníci debriefingu vnímají celou proceduru jako přirozenou součást vyhodnocení a zpracování akce, nejsou svázáni obavami, že jsou jejich pocity a reakce kriticky přezkoumávány psychology, kteří by v nich mohli hledat duševní patologii.

⁹⁾ Čírtková, L. Spurný, J. Péče o policisty po extrémních stresových situacích, 2006, s.3

V rámci PČR byl v posledních letech zaveden program Posttraumatické intervenční péče, dále jen PIP. Jedná se o formu peer-supportu, která je zajišťována kolegy na pracovišti.

Krizová intervence je velmi široký pojem. Krizová intervence může probíhat po telefonu například formou linek důvěry nebo v přímém kontaktu odborníka a klienta. Krizová intervence je spojována s jakýmkoli typem krizí, není tedy limitována pouze na vnější katastrofy a traumatizující incidenty, do kterých vstupuje pracovník při výkonu své profese. Zahrnuje také celou škálu postupů a technik.

2 Zátěžové situace z pohledu policejní praxe

Zátěžové situace z pohledu policejní praxe mají svá specifika.

Policejní zátěžové situace dělíme na tři skupiny:

náročné (zátěžové) situace – individuálně různé situace, které utkví v mysli jako tzv. "osobní pomníčky" (např. náročný zákrok vůči dětskému pachateli, pronásledování ujíždějícího auta pod majákem...)

exponované (nenormální) situace - například použití střelné zbraně, smrt kolegy ve službě, nález extrémní mrtvoly, vyšetřování smrti dítěte, mimořádné tragické nehody.

extrémní situace – jedná se například o zákroky na místě masakrů a katastrof (v terminologii krizového managementu se v této souvislosti používá anglický pojem "disaster")¹⁰⁾

¹⁰⁾ Čírtková, L. a kol.: Péče o policisty po extrémních stresových situacích, in Kriminallistika 3/2001

2.1 Policejní stres

Policejní psychologie se v současné době zaměřuje na problematiku stresu. Stres je jednou z nejčastějších příčin pracovní neschopnosti anebo předčasného odchodu z aktivní služby.

Výrazem policejní stres se rozumí takové situace, které většina policistů vnímá jako zátěž spojenou s emocionálním a často i fyzickým vypětím.

Policejní stres není důsledkem špatného psychologického výběru policistů. Není ani produktem osobnosti policisty.

Policejní stres je v současné spojován s policistou který:

- byl vybrán podle moderních výběrových procedur (získal lékařské i psychologické osvědčení),
- je členem relativně normálního oddělení (dobrá disciplína, jasná diferenciací rolí, otevřené kooperativní vztahy),
- během služby se ocitl v situaci, která některými svými parametry překračuje obvyklý rámec běžné zkušenosti, narušuje emocionální stabilitu a ve které jsou tudíž příznaky stresu častým a zákonitým jevem.¹¹⁾

V této práci blíže zmíníme posledně jmenovaný znak. Tedy identifikaci a popis konkrétních situací, ve kterých obvykle vzniká stres u jednajících policistů.

V současné době k nejvíce prozkoumaným situacím patří dle Čírtkové¹²⁾:

- použití služební střelné zbraně proti člověku (**post – shooting trauma**),
- nasazení zásahové jednotky v nepřehledné situaci včetně vyjednávání s pachatelem zadržujícím rukojmí,
- situace ohrožující život a zdraví zasahujících policistů
- a také některé mimořádné situace, ve kterých dochází ke kontaktu se smrtí například vyšetřování násilné trestné činnosti.

¹¹ Čírtková, L., Policejní psychologie, 2006, s. 130

¹² Čírtková, L., Policejní psychologie, 2006, s. 130

2.2 Použití služební zbraně proti člověku

„Post – shooting trauma“ je anglický termín, který lze do češtiny opisem volně přeložit jako psychickou stresovou reakci následující po použití střelné zbraně proti člověku.

Problematika post-shooting traumatu byla nastolena počátkem 80. let v USA v souvislosti s výzkumem posttraumatické stresové poruchy. Za nejdůležitější příznaky této poruchy jsou považovány zejména následující projevy a potíže:

- opakované prožívání události v mysli (noční můry, nutkavé vzpomínky, intenzivní úzkost při setkávání s věcmi, které událost připomínají, náhlé impulsy chovat se tak, jako by událost znovu nastala)
- vyhýbaní se podnětům souvisejícím či připomínajícím kritickou událost (usilovná snaha vyhnout se myšlenkám na událost, vyhýbaní se činnostem připomínajícím kritickou událost, neschopnost rozpomenout se na důležité okolnosti děje, nápadný nezájem o jinak důležité věci nebo úkoly, pocit izolace od ostatních, pocit ztráty životních perspektiv)
- nervová labilita (poruchy spánku, podrážděnost a záchvaty vzteku, poruchy koncentrace, zvýšená lekavost)¹³

V Americe na počátku 80. let výzkumníci zjistili, že příznaky PTSP se vyskytují i u policistů, kteří se ocitli v situaci, ve které byla použita služební zbraň proti člověku. Vždy se jedná o skutečnost, která přesahuje běžnou lidskou zkušenost, a proto představuje extrémní psychickou zátěž.

Důsledky takového stresu na chování a prožívání policisty jsou vždy individuální. Stručně řečeno, ne vždy a ne u všech policistů musí nutně dojít k post-shooting traumatu. Podle amerických zdrojů vykazují dva ze tří policistů příznaky posttraumatického syndromu.

¹³ Čírtková, L., Policejní psychologie, 2006, s. 132

V Evropě byly první studie post-shooting traumatu vypracovány na konci 80.let. Tyto potvrdily studie z USA.

K poststresové reakci jsou predisponováni zejména policisté, kteří vědomě usilují o potlačování přirozených citových reakcí, kteří se naučili nedávat svoje city nikdy najevo a kteří povrchně touží po roli tvrdého, nekompromisního strážce zákona.¹⁴⁾

Psychologickým zkoumáním situací, ve kterých dochází k použití střelné zbraně policistou proti druhému člověku, přineslo odpověď na otázku v čem spočívá jejich hlavní traumatizující moment. Ukázalo se, že stresová událost vede ke zborcení základních životních iluzí, které každý člověk potřebuje k normálnímu, zdravému a plnohodnotnému životu.

Jedná se zejména o:

- iluzi nezranitelnosti či nesmrtelnosti (náhlý, svévolný zásah do tělesné integrity aktivuje vědomí konečnosti vlastní fyzické existence)
- iluzi kontroly či vlastní všemohoucnosti (krizový zážitek likviduje přesvědčení, že vlastním přičiněním lze vyřešit každou, i tu nejobtížnější situaci bez setkání se smrtí)

K typickým poststresovým reakcím po použití střelné zbraně dle Čírtkové¹⁵⁾ patří zejména následující projevy:

- zvýšená citlivost (přecitlivělost) na nebezpečí,
- obavy z budoucích situací, strach ze selhání,
- problémy s normami, služebními předpisy i s nadřízenými,
- konflikty v rodině a v okruhu známých a přátel,
- abúzus alkoholu nebo medikamentů,

¹⁴ Čírtková, L., Policejní psychologie, 2006, s. 132

¹⁵ Čírtková, L., Policejní psychologie, 2006, s. 132

- podrážděnost, popudlivost,
- sebevražedné jednání,
- sexuální problémy.

Všechny tyto projevy byly zaregistrovány nezávisle na tom, zda šlo o oprávněné či neoprávněné použití služební zbraně. Z tohoto plyne, že i při oprávněném použití střelné zbraně policistou může dojít k rozvinutí post-shooting trauma.

Poznatky získané psychologickým zkoumáním post-shooting trauma vedou ke zkvalitnění střeleckého výcviku a přípravy policistů a zejména k zavedení a zkvalitnění psychologické péče o policisty, kteří použili střelnou zbraň proti druhému člověku. Psychologická péče by měla probíhat nezávisle na postupu vyšetřování případu použití střelné zbraně.

2.3 Přežití v nebezpečných situacích

Zde se bude tato práce věnovat situacím, kdy je policista při výkonu služby napaden. Stěžejní problematikou bude proč ve srovnatelných situacích jsou někteří policisté napadnuti, zraněni nebo zabiti, zatímco jiní přežijí.

V policejní praxi existují dle Čírtkové¹⁶⁾ dva hlavní důvody vzniku riskantních situací:

- nevhodné chování samotných policistů, kterým vyprovokují agresi vůči své osobě,

Policista například buď vědomě nebo nevědomě používá při komunikaci s osobou nepřátelský styl jednání. Dojde ke komplikaci situace. Následně může dojít k verbálnímu nebo fyzickému útoku na policistu.

¹⁶⁾ Čírtková, L., Policejní psychologie, 2006, str. 137

- chyby při zajišťování vlastní bezpečnosti

Policisté se dostávají do riskantních situací nejen tehdy, když svým nevhodným chováním provokují občany, ale také bez jakékoliv provokace, a to tehdy, když udělají chyby při zajišťování vlastní bezpečnosti.

Podstatou této druhé varianty je chybný odhad nebezpečnosti situace. Policisté podcení nebo včas nerozpoznají signály nebezpečí. Zůstávají pasivní, tím ztrácejí čas i kontrolu nad situací. Pasivita je faktorem, který zvyšuje nebezpečnost a může vést až ke zranění či smrti.¹⁷⁾

Moderní policejní psychologie začala pro problematiku překonávání nebezpečných situací využívat výraz survivabilita. Tento výraz pochází z anglického slova používaného pro ty, které přežily tedy survivors.

2.3.1 Survivabilita

Survivabilitou se míní soubor různých předpokladů či schopností, které příznivě ovlivňují zdárné překonání ohrožující události. V současné době policejní psychologové pátrají po faktorech, které podmiňují přežití v extrémně nebezpečných situacích. Používají při tom kasuistickou metodu. Další poznatky jsou také získávány rozhovory s aktéry a svědky kritických událostí.

Policejní psychologie používá, při zjišťování výše uvedených faktorů, interaktivní princip a metodu zvanou teorie her.

Podle interaktivního principu není vhodné posuzovat chování policisti a chování útočníka izolovaně. Skutečný a pravdivý obraz o události spíše získáme rekonstrukcí sledu vzájemného ovlivňování mezi aktéry.

¹⁷ Čírtková, L., Psychologická problematika zajišťování vlastní bezpečnosti policistů, intranet PČR leden 2007

Teorie her vychází z Axelrodové studie, která byla zajišťována i prostřednictvím počítačové simulace. Zjednodušeně lze říct, že nejdříve zaniknou hloupé hráčské programy, v těsném sledu po nich agresivní programy, protože sice zlikvidovali ty hloupé programy, ale na pružné a taktizující strategie již nestačily.¹⁸⁾

Pachatelé mají mnoho agresivních a iracionálních kognicí, proto klasická teorie her nefunguje pro objasnění interaktivních pochodů na místech násilí a hrůzy. Na její místo nastupují teorie her pro sociální interakci.

Při zkoumání teorie survivability nesmíme zapomenout na fakt, že ve vyhrocených situacích často absentují racionální rozhodnutí. Chování aktérů následuje vždy vlastní prospěch či výhodu. Někteří jednotlivci pod vlivem emocí jednají i autodestruktivně. Protivníkem policie může být i pachatel, který je ovládán agresivními a iracionálními představami. To může znamenat, že tento protivník, nechce vyhrát ale chce útočit popřípadě zabíjet.

V **interaktivním pojetí** survivability může policista spustit agresí dvěma protichůdnými chybami:

- **nekooperativním jednáním,**
- **příliš kooperativním, důvěřivým chováním,**

V pojetí survivability podle **teorie her** může policista spustit agresí:

- **pasivitou versus převzetí kontroly nad situací.**

Podle koncepce slučující určité prvky teorie her s teorií sociální interakce může policista usnadnit vznik riskantní situace dvěma protichůdnými chybami. Nekooperativním chováním anebo příliš kooperativním důvěřivým chováním. Jestli, že policista setrvá při kooperaci příliš dlouho i v případě, i když je tato strategie vzhledem k okolnostem a osobě, vůči které zakročuje, neefektivní může zpustit agresivní reakci.

¹⁸ Čírtková, L., Policejní psychologie, 2006 s. 138

Pro přežití je tedy důležité nejenom kooperace, ale také myšlenková a behaviorální schémata zaměřená na řešení problémů.¹⁹⁾

Chyby při zajišťování vlastní bezpečnosti policistů

Chyby při zajišťování vlastní bezpečnosti lze rozdělit do dvou základních skupin.

První skupinu tvoří chyby na úrovni myšlení tzv. **chybná kognitivní schémata**.

Jedná se o nesprávné posouzení a vyhodnocení situace ze kterého pak plyne neefektivní jednání. Jedná se spíše o psychologické faktory.

Druhou skupinu tvoří chyby samotného **chování policisty**. Policista správně vyhodnotil vzniklou situaci jako riskantní a nebezpečnou, ale nakonec i přes toto zjištění postupoval málo efektivním způsobem. Tato problematika úzce souvisí s taktikou služebních zákroků.

Obě výše uvedené skupiny chyb spolu velice úzce souvisí.

Nepřiměřená kognitivní schémata

Policista by měl mít schopnost rychlé analýzy náhle vzniklé, nečekané situace. Podle provedených studií neadekvátní vnímání a hodnocení situace nesouvisí s délkou služby. I zkušení policisté mívají tendenci podceňovat rizikové situace, policistům prý chybí tzv. „radar na nebezpečí“. Policisté nejsou dostatečně školení a proto si málo všímají možných zdrojů ohrožení. Každý policista by měl počítat s tím, že se ve své praxi setká nejenom se slušnými lidmi, ale také s násilnickými osobami. Běžná policejní situace, jako je kontrola vozidla nebo osoby se může vždy zvrhnout do velmi nebezpečné a riskantní situace.

¹⁹ Čírtková, L., Psychologická problematika zajišťování vlastní bezpečnosti policistů, intranet PČR leden 2007

Další velmi aktuálním problémem současné policejní praxe jsou návykové látky. Osoby, které jsou intoxikovány, nebo uživateli těchto látek jednají iracionálně a nepředvídatelně. Jejich emoční stav je nestálý, jejich vnímání situace je diametrálně odlišné od vnímání normálního člověka. Podle prováděných výzkumů je až 62% pachatelů v době útoku na policistu pod vlivem drog. Policista musí také počítat s faktem, že lidé se ve vyhocených stresových situacích mohou zachovat zcela mimo obvyklé schéma uvažování.

Velice často citovaný příklad této situace je o policistovi, který byl v šoku, když bankovní lupič neutíkal, nýbrž se rozběhl směrem k němu a začal po něm střílet. Další problém, kterého se policisté často dopouštějí v policejní praxi je takzvané „tunelové vnímání“. Policista si nepřipouští fakt, že na něj může zaútočit i jiný člověk, než proti kterému je směřován policejní zákrok. Příklad, který se stal v USA, policista zastavil při běžné dopravní kontrole vozidlo. Spolujezdec z tohoto vozidla vystoupil, v době, kdy policista řešil dopravní přestupek s řidičem, spolujezdec poodešel a na policistu vystřelil.

Mezi další problémy zajišťování vlastní bezpečnosti policistů bych uvedl tyto:

- policisté zapomínají jednat jako tým,
- porušení předpisů a bezpečnostních standardů, (dochází k tomu ve dvou případech: za prvé, když má policista super silnou motivaci k výkonu, nebo naopak u něho dochází k poklesu pracovní motivace.
- použití služební zbraně – i vlastní služební zbraň se může stát zdrojem rizika, chybný realistický odhad o použití (např. mínění, že policista nemusí umět sebeobranu, proti s nožem útočícímu pachateli má přeci služební zbraň).

Post-shooting - v nebezpečné situaci převládne pasivita, výklad předpisů vyvolává často nejistotu (je těžké reagovat na tísňové volání o tom, že se střílelo v bance a nesmět vytáhnout zbraň dříve, dokud ji neuvidím v rukou pachatele), pasivita (pachatel věděl, že by policista nikdy proti němu zbraň nepoužil - prý podle toho, jak se na něj policista díval).²⁰⁾

Pro názornost ze 762 zabitých policistů v USA mezi lety 1981 až 1990 byla 14% usmrceno vlastní zbraní.

Výzkumy, které byly provedeny potvrdily, že rozhodnutí o použití střelné zbraně je pro většinu policistů skutečně náročnou situací. I přes důkladnou právní přípravu přetrvává nejistota ohledně oprávněnosti použití zbraně. Zde hraje podstatou roli fakt, že zde nejsou pevně vymezeny mantinely, kdy policista může použít zbraň. Zde má policista k dispozici pouze vodítko v podobě znění §39 zákona č. 283/1991 Sb. O Policii ČR, kde se hovoří o důvodech použití zbraně a dále § 13 nutná obrana a 14 krajní nouze tr zákona č. 140/1961 Sb. Někteří policisté otevřeně referovali o své obavě použít zbraň ze strachu před následným prošetřováním ohledně oprávněnosti takového konání. Jiní zmiňovali, že v nebezpečné situaci si bezděčně vybavili jen předpisy, které omezují či zakazují použití zbraně. Vzpomněli si pouze na instrukce, jak nepoužít násilí. Nemohli si rozpomenout na ustanovení, upravující oprávněné použití zbraně.²¹⁾ Velice náročné situace pro rozhodování byly ty, které nebyly přímo definované v zákoně, i když splňovaly předpoklady pro použití zbraně. Například případy, kdy útočník neútočil na policistu střelnou zbraní ale třeba tyčí, nebo nožem. Také nesmíme zapomínat na psychologické faktory post-shooting trauma.

Neverbální signály

Policista by měl mít na místě zákroku jakousi psychologickou převahu. Policisté mohou příznivě ovlivnit svou bezpečnost tím, že budou vystupovat korektně, koncentrovaně a se sebedůvěrou ve vlastní profesionální schopnosti.

²⁰⁾ Čírtková, L., Policejní psychologie, 2006 s. 140-141

²¹⁾ Čírtková, L., Psychologická problematika zajišťování vlastní bezpečnosti policistů, intranet PČR leden2007

Tímto svým chováním dávají najevo, že situaci zvládají a mají ji pod kontrolou. Policista by měl na potencionálního útočníka svým chováním a vystupováním působit neatraktivně. Tím je myšleno, že jeho vulnerabilita by měla být co nejnižší. Vulnerabilita představuje zranitelnost a atraktivitu oběti pro potencionálního pachatele, zejména behaviorální projevy oběti. Patří sem projevy slabosti, bezradnosti apod.²²

Podle této koncepce je policista spíše napaden, jestliže vysílá signály rozpačitosti, nejistoty a strachu. Jedná se například o vyhýbavý oční kontakt, zaujmutí laxního tělesného postoje, policista koná váhavě apod. Jedná se sice o malé a drobné prvky, ale právě v kritické, napjaté situaci mohou tyto zdánlivě malé prvky sehrát velkou a důležitou roli. Někteří útočníci dokonce tvrdí, že je policista svými signály vyprovokoval k útoku. Kdyby se prý choval jinak a převzal nad celou situací kontrolu, byl důraznější a sebevědomější k žádnému útoku by s největší pravděpodobností vůbec nedošlo. Někteří z pachatelů dokonce tvrdí, že se jim policista svým neadekvátním chováním „nabídl“ jako oběť.

Zde bych chtěl krátce zmínit, některé základní chyby při zajišťování vlastní bezpečnosti zakročujících policistů podle studie Sessara²³. Jedná se o chyby které jdou už za rámec psychologie. Jejich těžiště se posouvá od silně psychologicky sycených faktorů směrem k taktice služebních zákroků. Sessar shrnuje tyto chyby do sedmi základních skupin. Zde je nutno podotknout, že v analyzovaných případech došlo k několika chybám současně a proto celkový součet v % je větší než 100 %.

- **chyby spojené s použitím střelné zbraně** (zbraň je nenabitá, není v pohotovosti k použití, vůbec ji policista nemá atd.) 13,8 %

- **chyby při jištění** (vlažná, ledabylá starost o zajištění prostoru jinými či sám sebou) 14,4 %

²² Sochůrek, J., Nástin vybraných problémů viktimologie, 2003 s. 20

²³ Čírtková, L., Policejní psychologie 2006 s. 140

- **chyby v souvislosti s personální silou** (žádné přivolání posil, zákrok před tím, než přijede posila, individuální pronásledování pachatele, ačkoliv další policisté jsou přítomni) 14,4 %
- **chyby při prohlídce** (domovní, osobní) – je opomenuta osobní prohlídka nebo prohlídka prostoru, nedodržení taktických zásad 17,8 %
- **chyby v souvislosti s krytím** (není využito možnosti se krýt, pachatel je pronásledován, aniž by byly na místě možnosti se krýt) – 13,8 %
- **chyby při kontrole vozidel** (špatně stojí při kontrole, naklánění se do vnitřku vozidla atd.)- 7,5 %
- **ostatní** 18,4 %

Pro úplnost zde uvádím podobnou studii, která vzešla z analýzy FBI. Jedná se o studii z roku 1992, která rozebírá okolnosti, při nichž byli zraněni či zastřeleni policisté. Ve studii jsou uvedeny základní vzorce či kombinace negativních faktorů:

- **policista bere situaci na lehkou váhu**, váhá sáhnout k použití násilí jako k legitimnímu prostředku zajištění vlastní bezpečnosti,
- **nepřiměřené a bezstarostné přibližování** se k osobám a autům bez ohledu na zajištění vlastní bezpečnosti,
- **policista včas nerozpozná**, že jeho protivníkem je agresivní pachatel s narušeným deviantním chováním .

Kombinace těchto faktorů je považována za smrtelný koktejl.²⁴

²⁴ Čírtková, L., Policejní psychologie, 2006 s. 140

Osobnostní faktory ovlivňující přežití

Při vědeckém zkoumání problematiky přežití vznikla otázka: zda existují určité osobnostní charakteristiky příznivě ovlivňující úspěšné zvládnutí nebezpečné události. Výstupy z těchto výzkumů by měly důležitý význam při výběru, přípravě a výcviku policistů. Zde je důležité zdůraznit předpoklad, že schopnosti a dovednosti dobře zvládat a rozpoznávat nebezpečné situace se dají naučit a osvojit jako jiné pracovní vlastnosti.

K této problematice byl v minulosti proveden výzkum ve kterém se Pinizzotti pokusil zjistit charakteristiky napadených policistů. Při tomto výzkumu byly využívány různé zdroje informací, včetně informací kolegů, rodinných příslušníků a hodnocení nadřízených.

Výzkumem bylo zjištěno:

U Policistů, kteří byli napadeni anebo zabiti, se vyskytovaly tyto společné charakteristiky:

- přátelští ke každému,
- v týmu i v sociálním okolí jsou oblíbení,
- mají sklon méně používat direktivní postupy než ostatní ve stejné situaci,
- převážně silně pracovně motivovaní,
- těsně před incidentem pokles pracovních návyků,
- vnímají svou práci spíše pod zorným úhlem veřejného mínění než pod úhlem prosazování zákonů,
- původně zaměřeni na dobrý pracovní výkon,
- násilí používají jako poslední prostředek,
- nerespektují služební postupy především při dopravních kontrolách, čekání na posily a zacházení s vězni,
- myslí si, že umí odhadnout lidi a situace a proto nejsou ostražití,

- mají sklon vidět v lidech spíše to dobré,
- uvolnění, bezstarostní, berou věci tak jak jsou.²⁵⁾

Podle výzkumné zprávy byli poškození policisté svými kolegy často hodnoceni jako pilní, pracovití. Rozhodně tito policisté nepatřili mezi tzv. špatné policisty.

Další zajímavou informací bylo, že dle dotázaných spolupracovníků napadených policistů tito uvedli, že krátce před nešťastnou událostí došlo u více poškozených k poklesu pracovního elánu a nasazení. Jakoby u nich převládla rutina. Obecný závěr z tohoto výzkumu je, že přexponovaná, vypjatá motivace podat vysoký výkon, a také opačný stav příliš vlažného přístupu k výkonu služby, jsou pravděpodobně důležitými faktory, které zvyšují riziko selhání v ohrožující situaci.

V tomto výzkumu je také velice zajímavé zjištění, že jako zdroj rizika uvádí vlastnosti policisty, které jsou obvykle vnímány jako kladné. Například, že jsou přátelští, v sociálním okolí oblíbení apod. Tato skutečnost je vysvětlována tím, že pro policistu je důležité, aby byl přátelský, aby nepřistupoval automaticky ke všem občanům jako k potenciálním pachatelům. Problém je v tom, že policista ve své praxi přichází do kontaktu s různými osobami, a proto jednostranné strategie jsou neúčinné. Tendence vidět v člověku spíš to kladné nesmí v žádném případě vést k podceňování rizik.

Jako reakce na tato zjištění je snaha o zavedení přístupu **TIT FOR TAT**. Zjednodušeně řečeno volit kooperativní jednání, ale jakmile protivník přejde z kooperace na konfrontaci, pružně reagovat změnou strategie. Přátelský postoj je správný, slouží k navázání dobré komunikace, je ale nutné být vždy připraven k reakci na konflikt či hrozbu násilím.

²⁵ Čírtková, L., Psychologická problematika zajišťování vlastní bezpečnosti policistů, intranet PČR ledne 2007

Osobnostní faktory, které kladně ovlivňují zvládnutí nebezpečné situace

Odborná literatura se momentálně ujednotila na následujících faktorech příznivě ovlivňujících přežití nebezpečné události:

- imaginace zaměřené na řešení problému

Jedná se o schopnost efektivně a rychle v myšlenkách či představách vytvářet různé možnosti postupu. Úspěšní policisté v situaci vyhrocené konfrontace použili strategii “co by bylo, kdyby“ a vymysleli optimální strategii na riziko, kterému čelili. Například přišli na nejlepší možnosti zákroku.

- humor

Humor v krizových situacích potlačuje depresi a strach. Humor je i z hlediska kognitivních procesů například myšlení, důležitým faktorem odolnosti na stres. Lidé disponujícím tímto druhem humoru reagují na chybu obvykle vtipem. Jedná se o schopnost smát se své vlastní hlouposti. Zdá se, že osoby s rozvinutou vírou ve vlastní schopnost kontroly projevují i více humoru.

- uvolněná, flexibilní schopnost vnímání

Zahrnuje správné odlišení podstatných od vedlejších věcí, nebezpečných od bezpečných situací. Flexibilita vnímání je založena na schopnosti pružně měnit ohniska pozornosti, umožňuje předjímání budoucího děje. Usnadňuje správný odhad druhého a včasné rozpoznání jeho úmyslů například agrese.

- široký repertoár chování

Survivoři se vyznačují bifázickými (dvojpolárními, bipolárními) znaky. Jsou vážní i hraví, logičtí i intuitivní, tvrdí dřiči i lenoši, plaší i agresivní, intro i extravertní.

Jsou flexibilnější než ostatní lidé. V psychologické terminologii se v této souvislosti používá pojem komplexní osobnost. Mají schopnost lépe se vyrovnávat s životními stresy bez labilizace psychiky.

- kooperativní (prosociální) orientace

Znamená hlubokou zakořeněnost osobnosti v sociálních vazbách. Hovoříme zde o takzvané potřebě synergismu: přejeme si, aby se věci vyvíjely dobře pro nás i pro druhé. Survivoři jednají v situacích mezního ohrožení nikoli egocentricky a ve jménu vlastních zájmů, nýbrž i v zájmu druhých. Kooperativní ladění zabraňuje v krizových situacích vzniku sebestředného myšlení, při kterém se točí myšlenky především kolem vlastního osudu.

Zajímavou studii na toto téma předložil Solomon²⁶. Ve své studii na konkrétních případech ilustroval vnitřní monology, které probíhají u policistů v krizových situacích. Solomon popisuje 6 fází, kterými prochází policisté při použití zbraně a líčí vnitřní monology. V počáteční fázi si policisté náhle uvědomují svoji zranitelnost a nedostatek kontroly. Tomuto odpovídají například tyto vnitřní monology: “To je peklo.“ “To jde z kopce.“ “To je v háji“.

U přeživších jde myšlení dál. Vnitřní monology mohou mít různou povahu a rozhodnout o tom, jak se nakonec jedinec zachová. Typickým jevem je regrese. Při ní se osobě spontánně vybaví určitá momentka z dětství. Například si policista vzpomněl, co mu táta říkal při basketbalu: “běž do toho naplno.“ A tak se nadechl a šel do toho naplno a opětoval střelbu. Jiní ve vnitřních monologech prochází různé varianty postupu (analyzují monology), další se automaticky vybavují situace z tréninku.

Pinizzotto²⁷ dokumentoval, že se lze zachránit i při těžkém zranění, například tím, že myslíme na referenční osoby (drahé blízké), pocity vzteku na pachatele, pocity pýchy (přece neumřu v téhle špinavé díře). Pinizzotto mluví o masivní odhodlanosti přežít.

Problematika survivability je velice důležitá pro policejní praxi.

²⁶ Čírtková, L., Policejní psychologie, 2006 s. 144

²⁷ Čírtková, L., Psychologická problematika zajišťování vlastní bezpečnosti policistů, intranet PČR ledne 2007

Velice jednoduše se dá survivabilita také vyjádřit slovy „Přežití není náhoda“. Survivabilita dokáže značně zvýšit policistovi vyhlídka na přežití v extrémně nebezpečných situacích. Zároveň však musím dodat, že se v policejní praxi setkáváme i se situacemi, u kterých včasné rozpoznání míry rizika je nemožné a policistovi šance na přežití nulové. Do celé problematiky survivability musíme také začlenit nově zkoumaný fenomén v policejní psychologii a to je tzv. teorie chaosu. Výzkum chaosu se zaměřuje na jev, který se doposud nevyskytoval ve vědeckém slovníku jako výkladový pojem.

Tímto jevem je náhoda. Náhoda je chápána jako situace, kterou nemůžeme předvídat, nemůžeme ji ovlivnit a která je současně nezávislá na našem počínání. Stručně řečeno teorie chaosu říká, že vznikají situace, kdy se jedinec ocitá v kritickém uzlovém bodu, ve kterém klesá předvídatelnost jeho dalšího vývoje prakticky na minimum.²⁸

2.4 Taktická příprava na střet

Předvídaní

Kritickou otázkou v řešení rizikových situací je „kde vzít čas“. Potřebný čas, kterého se v krizové situaci nedostává, lze získat předvídaním. Začít řešit krizovou situaci dříve, než nabude konfliktní podoby nebo dokonce její nejhorší varianty, násilného střetnutí. Jednoduše řečeno, vědět o tom, že se bude bojovat ještě dříve, než skutečný boj začne. Abychom tuto problematiku lépe pochopili, lze krizovou situaci přirovnat, pro řidiče, s tak samozřejmou činností, kterou je řízení motorového vozidla. Při řízení motorového vozidla se řidiči setkávají s velice nebezpečnými situacemi. Pro úspěšné zvládnutí těchto situací je velice nutné snažit se dopředu předvídat určité rizikové momenty. Mysl každého řidiče je automaticky zaměstnávána spoustou nepatrných detailů, které však mohou v nejbližším momentě rozhodnout o úspěšném dokončení jízdy. Například „Nevjede mi tam to vozidlo z vedlejší silnice? Co je za tou zatáčkou? Pozor děti u silnice.“

²⁸ Čírtková, L., Forenzní psychologie, 2004 s. 94

Podobně by se měl chovat policista při své práci. „Proč má kontrolovaný řidič jednu ruku pořád pod sakem? Nepřibližuje se podezřelý muž příliš blízko? Proč v bytě hraje rádio a všude je zhasnuto?“ V takových to situacích by měl policista položit nohu na pomyslný brzdový pedál a být připraven celou situaci v čas „zabrzdit“.

Psychická příprava

Černý²⁹ uvádí, že úspěšné vyřešení krizové sebeobrané situace je z 80% dáno psychickým stavem, význam techniky a taktiky nepřesáhne 20%. Psychickým selháním v bojové situaci je již desítky let věnována rozsáhlá diskuse a panuje jasná shoda v tom, že jednou z hlavních příčin je tzv. poplachová reakce.

Poplachová reakce

Mezi našimi smysly a centrem emocí v mozku existuje přímý spoj. To znamená, že například k pocitu strachu může dojít dříve, než si plně uvědomíme důvod. Ještě horší je, že můžeme začít již jednat a bohužel většinou zkratově.

Zapojení mozkové kůry k plnému uvědomění a zhodnocení bude následovat až poté. Jeden z nejsilnějších druhů podnětů, které mohou být našemu prastarému emočnímu centru nabídnuty, jsou signály ohrožení. Tím, že jde vývojově o velmi starou oblast mozku, je bohužel zastaralá i jeho reakce. Jedná se o známou reakci „bojem nebo útekem“. Pokud se jedná o boj, máme namysli nejprimitivnější způsob boje, kam rozhodně nepatří například ovládání střelné zbraně, ani sofistikované techniky bojových umění. Poplachová reakce má pak na svědomí strach, bušení srdce, pocení, tuhnutí svalů a již zmiňované tunelové vidění. Naš rozum může v čas naše emoční centrum na nastávající konflikt připravovat. Ovšem za předpokladu pokud nedojde k překvapení. Zásadní je tedy být pozorný k situaci kolem sebe, mít vytvořený předběžný plán a začít s řešením dříve, než nabude takových rozměrů, které již nebude moci zvládnout a ovládne nás strach. Máme namysli klidnou, volně plynoucí pozornost, kdy jsem připraveni věc řešit na základě nacvičených dovedností.

²⁹ Černý, P., Goetz M. Manuál obrané střelby, 2004 s. 145

Zdůrazňuji, že nemáme namysli dychtivé bojové nabuzení. Jestliže se situace včas zhodí rozum, nemusí se poplachová reakce projevit v tak bouřlivé podobě, kdy nebudeme moci použít naučené dovednosti.

Jedním z principů, kterým se řídí mnohé policejní sbory na celém světě a je doporučován k nacvičení pro soukromé majitele zbraní je systém nazývaný **Postupné psychické vyladění – barevný režim**.

Na základě obrovských praktických zkušeností s bojovými situacemi a přípravou mnoha střelců vytvořil plukovník americké armády J. Cooper, způsob postupného psychického vyladění, který je známý jako **metoda barevných režimů**. Cooper vyzníval a následně věda i potvrdila, že včasnou a vědomou pozorností a průběžným vyhodnocováním rizika je možné snížit pravděpodobnost rozvoje poplachové reakce. Samozřejmě za předpokladu, že díky kvalitnímu výcviku víme, jak se s eventuálním rizikem poradit. Tato metoda není absolutní, jedná se o jakousi pomůcku, kterou se nemusí podařit vždy realizovat.

Bílý režim

Jedná se o stav nepozornosti a relaxace. Pozornost není zaměřena na hodnocení okolí z hlediska možné hrozby. Tento stav můžeme přirovnat k situaci, kdy jsem doma, víme, že se nemusíme mít před ničím na pozoru. Policista je na služebně a má pauzu.

Žlutý režim

Žlutý režim je stav uvědomělé pozornosti k okolí z hlediska možné hrozby. Cílem je snažit se zachytit nejčasnější signály eventuálního nebezpečí a vytvořit podmínky pro to nejméně rizikové řešení konfliktu. Víme, že se dostáváme do prostředí, kde by se mohlo nějaké riziko vyskytnout. Jdeme například noční ulicí. Nevidíme sice nikoho kdo by se k nám přibližoval, ale jsem si vědomi toho, že noční ulice je místem, kde je riziko napadení vyšší. Z toho se odvíjí i to, jakou pozornost budeme věnovat lidem, které spatříme.

Už zde je ovšem výhodné pokusit se dodržovat takové postupy, abychom předešli rizikové situaci. Je obvykle výhodné pohybovat se a stát tak, abychom měli co největší přehled o prostoru kolem nás. Například nesedět ve veřejných zařízeních zády k prostoru možné hrozby (vchody apod.)

Oranžový režim

Zde už je pozornost zaměřena konkrétním směrem a v hlavě již máme, nebo se v ní tvoří scénář jednání „co kdyby“. Zaregistrovali jsem velmi podezřelou osobu nebo skupinu, můžeme s nimi mít už i slovní kontakt. Pokud je to možné, pokusíme se vhodně vyhnout fyzickému konfliktu. (Nejde vždy v policejní praxi) Vždy musíme ale počítat s tím, že se nám nepodaří situaci uklidnit a, že může přerůst k fyzickému napadení. Zásadou je sledovat ruce podezřelé osoby, ruka, která je za tělem či za oděvem, může již svírat zbraň.

Červený režim

Přechod z oranžového do červeného režimu je výsledkem chování podezřelé osoby. My jsem se v předchozí situaci snažili podniknout kroky k odvrácení fyzického konfliktu a ztížení případného útoku proti naší osobě. Další, stupňující se akce druhé strany (například zkrácení vzdálenosti, sáhnutí pro zbraň) lze již mnohdy hodnotit jako útok, a to znamená boj. Neexistuje moc lidí, kterých by se v takové situaci nezmocnil strach. Akceptovat jej, ale snažit se dál efektivně fungovat nemusí nutně vyžadovat hrdinství. Měli bychom se snažit „zhluboka dýchat“ a získat místo obav zdravý vztek na protivníka, který si dovilil nás napadnout. Zaměřme se na vítězství. I zoufalý boj o přežití a žití je lepší než si stěžovat na situaci, nebo litovat sama sebe. Právě na takovou situaci jsem dlouho a poctivě trénovali.

Černý režim

Z každého z uvedených režimů ovšem můžeme vlivem neočekávaných okolností spadnout do stavu psychického i fyzického selhání, kterému říkáme černý režim. Čím méně připravené nás sebeobranná situace zastihne nebo čím neočekávanější, tvrdší a úspěšnější bude jednání útočníka, tím je to pravděpodobnější. Černý režim je stavem zmatku, paniky, rezignace, zhroucení techniky a taktiky a dalších podob selhání. Těžko nám dá protivník čas na nápravu.³⁰

³⁰ Černý, P., Goetz M. Manuál obrané střelby, 2004 s. 146-148

3 Sociologický výzkum

Proces efektivního sociologického výzkumu zahrnuje pět kroků. Odvíjí se od přesného vymezení problému a cílů výzkumu, které zahrnuje postupy, přístupy a metody k získání potřebných informací. Dalším krokem je sestavení plánu výzkumu, které spočívá v návrhu a předběžném vypracování postupu vlastního výzkumu. Předposlední fází je shromáždění potřebných informací, které jsou posléze statisticky zpracovány. Závěrečnou etapou výzkumného projektu je interpretace získaných výsledků a určení závěrů z provedeného výzkumu.

3.1 Etapy sociologického výzkumu

Každý konkrétní výzkum se vyznačuje určitými zvláštnostmi, které vyplývají z jedinečné povahy řešených problémů. V průběhu každého výzkumu můžeme rozlišit dvě hlavní etapy: etapu přípravy výzkumu a etapu jeho realizace s následným zpracováním a analýzou zjištěných údajů.

Definování problému výzkumu

V tomto počátečním stádiu výzkumu je velmi důležité přesně specifikovat a definovat problém, který je předmětem výzkumu, precizně vymežit důvody, proč je výzkum prováděn, a určit základní proměnné, se kterými bude výzkum pracovat.

Stanovení cíle výzkumu

Cíle výzkumu, které musí být přesně vymezeny, slouží ke specifikaci informací, jež mají být prostřednictvím výzkumu získány. Cíle bývají vyjádřeny formou hypotézy, příp. soustavou hypotéz.

Přehled existujících informací

V této fázi je snahou získat co nejvíce existujících informací týkajících se řešeného problému. Cílem je blíže se seznámit s danou problematikou a ujasnit problém.

Zhodnocení přínosu výzkumu

Ekonomické zhodnocení je neoddělitelnou součástí každého projektu. Ještě před zahájením výzkumu je nutné porovnat přínos výsledků výzkumu s náklady, které s sebou jeho realizace přinese.

Návrh výzkumu

Návrh výzkumu představuje návod na provedení vlastního výzkumu. Spočívá v určení metod výběru respondentů, velikosti vzorku, volba vhodného způsobu sběru dat a ve stanovení možnosti oslovení respondentů. Návrh výzkum zahrnuje také přípravu výzkumu a jeho zajištění po stránce personální, finanční a technické.

Výběr vzorku respondentů

V ideálním případě by výzkum zahrnoval všechny potenciální respondenty, kteří mají nějakou souvislost se zkoumanou problematikou. Takový výzkum se nazývá census a provádí se ve velmi výjimečných, specifických případech, např. sčítání lidu. Tento výzkum je drahý, pomalý, náročný na přípravu i realizaci, a proto se provádí reprezentativní výběr respondentů z populace, která je předmětem výzkumu. Proces výběru respondentů za účelem získání primárních dat označujeme jako výběrové řízení neboli vzorkování.

3.2 Metody sběru primárních dat

Součástí návrhu výzkumu je volba vhodné metody sběru primárních dat tak, aby výzkumem byly získány relevantní, přesné, aktuální, úplné a nezkreslené informace.

Základní metody pro sběr primárních dat jsou: **pozorování**
experiment
dotazování.

Získávání primárních dat dotazováním je nejčastěji používaná metoda sběru primárních, převážně deskriptivních dat, která je realizována přímou nebo nepřímou komunikací s respondentem. Nejběžnějším prostředkem pro získání dat touto metodou je dotazník.

3.3 Tvorba dotazníku

Dotazník je soubor otázek, uspořádaných v logickém sledu za účelem získání potřebných informací od respondenta. Dotazník je prostředkem pro doručení otázek respondentům a zpětné shromáždění jejich odpovědí. Úlohou dotazníku je minimalizovat možnost získání nepřesných, zkreslených nebo nepravdivých odpovědí, a naopak získat data relevantní a porovnatelná. Výše uvedených požadavků lze dosáhnout vhodnou strukturou dotazníku, formulací otázek a jejich řazením.

Informace získané dotazníkem

Informace získané dotazníkem členíme na:

- Identifikační data – jsou to data obsahující jméno a bydliště respondenta, datum, čas a místo dotazování apod. Tyto otázky se uvádějí na konci dotazníku a slouží ke zpětné kontrole či doplňování údajů.

- Klasifikační data – jsou data charakterizující respondenta. Tyto informace slouží jako základ analýzy a klasifikace respondentů. Pomáhají při kontrole reprezentativnosti vzorku.
- Data o subjektu – jsou informace týkající se předmětu a cíle výzkumu a tvoří hlavní část dotazníku. Patří sem tzv. fakta (hard data), která poskytují přesné a jednoznačné informace o dané skutečnosti, a tzv. soft data, která se týkají názorů, postojů, motivů, chování apod.

Návrh dotazníku

Při sestavování dotazníku musí být zohledněna metoda získávání primárních dat, pro kterou bude použit, tzn. jestli bude dotazování prováděno osobně, telefonicky nebo poštou. Dotazníky se v uvedených případech liší počtem a typem otázek, způsobem jejich tvorby, jejich pořadím a sousledností a prezentací dotazníku.

Dotazník by měl být sestaven tak, aby plně vyhovoval potřebám a cílům výzkumu a přinesl hodnotné informace. Všechny otázky v dotazníku musí být opodstatnělé a přínosné vzhledem k účelu výzkumu. Kvalita získaných dat závisí na návrhu dotazníku a obsahu jednotlivých otázek.

Dotazník nesmí obsahovat složité otázky, na které nelze odpovědět jednoznačně. Otázky náročné na vědomosti nebo paměť respondentů vyvolávají pocit zkoušení a respondenty odrazují. Není vhodné používat otázky se silným citovým zabarvením. Z dotazníku je třeba vyloučit otázky, které jsou příliš dlouhé, které jsou sugestivní, zavádějící nebo nepříjemné. Důležité je řazení otázek, nedoporučuje se začínat dotazník osobními a důvěrnými otázkami. V dotazníku by měla být používána slovní a slovní obraty, které mají stejný význam pro všechny respondenty. V neposlední řadě je nutné dodržovat souslednost a logickou návaznost otázek, což usnadňuje jejich zodpovězení.

Testování dotazníku

Pro zjištění kvality dotazníku a jeho kontroly se používá tzv. testování dotazníku (pilotáž). Testování spočívá v oslovení několika potenciálních respondentů, od nichž se po vyplnění dotazníku zjišťují názory a pocity, příp. nejasnosti vznikající při zodpovídání otázek dotazníku. Znalost těchto informací umožňuje identifikovat a odstranit chyby, nedostatky a těžkosti, které by se mohly v průběhu získávání dat projevit.

Typy a tvoření otázek

Při sestavování dotazníku lze použít následující typy otázek:

- Uzavřené otázky – tyto otázky předpokládají pouze dvě odpovědi – ano x ne. V některých případech je nabídnuta varianta nevím.
- Otevřené otázky – ponechávají volnou formulaci odpovědi. Na otevřené otázky lze očekávat velmi rozmanité odpovědi, což znesnadňuje vyhodnocování.
- Otázky vícenásobného výběru – předpokládají omezený počet odpovědí, mezi kterými respondent vybírá. Tyto otázky jsou náročné na přípravu, protože rozsah nabízených odpovědí musí být úplný. Pro úplnost výčtu se jako poslední možná odpověď nabízí „Jiné (prosím doplňte)“
- Stupnice, poměrové škály – slouží k zjištění postojů, pocitů, chování a motivů respondentů. Mezi nejvýznamnější a nejpoužívanější patří tzv. Sémantický diferenciál, kdy respondent označuje směr a intenzitu svého hodnocení na stupnici, která je ohraničena dvěma póly s opačným významem charakteristik sledované proměnné. Dalším typem je tzv. Likertova stupnice, která slouží k určení míry souhlasu či nesouhlasu respondenta s uvedeným výrokem. Dalšími metodami je např. tzv. stupnice přikládání významu, kdy respondent hodnotí svou intenzitu vztahu k určité skutečnosti, nebo tzv. známkovací stupnice, která umožňuje dotazovanému ohodnotit danou skutečnost na klasifikační stupnici.

3.4 Vyhodnocování získaných dat

Vyhodnocování a interpretaci získaných dat by měla být věnována stejně velká pozornost jako předcházejícím fázím sociologického výzkumu. Samotné údaje získané z dotazníku nebo z rozhovoru mají malou vypovídací schopnost, nepřináší řešení daného problému a je proto nutné provést jejich analýzu a vyhodnocení.

Metody vyhodnocování

- Vyhodnocování jedné proměnné

K tomuto účelu se používají zejména metody popisné statistiky, jejichž úkolem je vytvořit obraz o poloze a variabilitě dat v základním souboru. Patří sem průměry, četnosti, rozptyly, směrodatné odchylky.

- Vyhodnocování dvou proměnných

V tomto případě se jedná o zjišťování, v jakém vztahu jsou dvě zvolené proměnné, do jaké míry se navzájem ovlivňují. Využívají se zde testy spolehlivosti a testování statistických hypotéz, korelační a regresní analýzy.

- Vyhodnocování několika proměnných

Při tomto způsobu vyhodnocování dat jde o zkoumání vztahu a vzájemného působení několika proměnných. K tomu se používají složitější statistické metody, např. metody mnohonásobné regrese, faktorové, shlukové analýzy a analýzy časových řad.

Volba metody vyhodnocování závisí na požadavcích a potřebách výzkumu.

3.5 Závěrečná zpráva

Posledním stádiem výzkumu je závěrečná zpráva a prezentace výsledků výzkumu. Tato zpráva může mít několik forem v závislosti na charakteru výzkumu a požadavcích zadavatele výzkumu.

Závěrečná zpráva může být zpracována v podobě stručného komentáře k tabulkám, grafům a výsledným číselným údajům výzkumu nebo ve formě komplexní zprávy podávající úplné, vyčerpávající informace.

Zpráva je prostředkem komunikace, nástrojem sdělení výsledků výzkumu jejich konečnému uživateli. Měla by být proto zpracována jasně a srozumitelně tak, aby nedošlo ke zkreslení informací nebo ke špatné interpretaci výsledků a závěrů výzkumu. Jednotlivé pojmy a použité termíny musí být přesně vymezeny a definovány. Důležitá je obsahová a formální podoba zprávy, její uspořádání, úprava, styl psaní a samotná prezentace. Závěrečnou zprávu tvoří úvod, hlavní část a přílohy. Zpracování zprávy by mělo být objektivní, věcné, týkající se faktů a konkrétních údajů.

4 Realizace šetření

Šetření zaměřené na zátěžové situace v policejní praxi bylo realizováno mezi policisty sloužícími na okrese Česká Lípa.

4.1 Popis realizace šetření

Konkrétně byli o spolupráci požádáni policisté obvodních oddělení Nový Bor a Česká Lípa, příslušníci hlídkové policie Česká Lípa a dopravní policie Česká Lípa, dále policisté Městské policie v Novém Boru a policisté Služby kriminální policie a vyšetřování okresního ředitelství v České Lípě. Cílem bylo získat odpovědi od 50 policistů sloužících na okrese Česká Lípa. Snahou dotazníku bylo oslovit přibližně stejně velké skupiny z každého z výše uvedených oddělení. Celkem bylo rozdáno 54 dotazníků, vyplněných se vrátilo 50. Těchto padesát dotazníků přeneslo požadované informace a odpovědi. Výzkum byl realizován v průběhu měsíce února a března roku 2007.

Během rozdávání dotazníků byla respondentům slíbena naprostá anonymita, nikdo z nadřízených policistů nemá možnost vidět vyplněné dotazníky. Výsledky výzkumu byly pouze nabídnuty policistovi, který na okrese Česká Lípa vede služební výcvik. Tyto výsledky obsahují souhrnné a zcela anonymní údaje.

V průběhu vyplňování dotazníku byl vždy přítomen dotazující, který mohl doplnit případné nedostatky ve formulaci otázek.

Cílem výzkumu bylo zjistit informace o vnímání zátěžových situací mezi policisty, zjistit příčiny vzniku stresových situací, možnosti jejich předcházení a stav následné péče o policisty, kteří stresovou situaci prožili.

Při přípravě šetření byly stanoveny následující předpoklady:

1. Policisté jsou při výkonu svého povolání neustále vystavováni fyzickému nebo psychickému ohrožení.
2. Policisté vnímají jako nejvíce stresující použití střelné zbraně, ačkoliv se většina z nich do této situace ve své praxi nikdy nedostali.
3. Současný výcvik a příprava policistů pomáhá dostatečně a účinně předcházet vzniku stresových situací.
4. Policistům není v současné době poskytována dostatečná posttraumatická péče.

Jako nejvhodnější metoda výzkumu bylo zvoleno písemné dotazování pomocí dotazníků.

Při tvorbě dotazníku muselo být zohledněno několik aspektů:

1. Typologie otázek - z důvodů minimalizace času potřebného k vyplnění dotazníku, eliminace nepochopení či špatné interpretace otázek a z důvodů snadného vyhodnocování převažují v dotazníku otázky využívající stupnici přikládání významu a otázky vícenásobného výběru.
2. Počet otázek je omezený s ohledem na co nejmenší narušování služby a na omezení obtěžování respondentů na nezbytné minimum.
3. Formulace otázek – vzhledem ke zvolené metodě sběru dat písemným dotazováním byl kladen důraz na jasnou, přesnou, jednoznačnou a srozumitelnou formulaci otázek. Přítomnost tazatele při vyplňování dotazníků mohla doplnit případné nedostatky ve formulaci otázky. Všechny otázky byly formulovány konkrétně, aby všechny odpovědi byly pro výzkum přínosné.

První v dotazníku je otázka zjišťující četnost zátěžových situací v policejní praxi. Respondenti zde měli vybrat ze čtyř možností podle toho, jak často se ve své praxi setkávají se situací, kdy se cítí fyzicky nebo psychicky ohroženi.

Otázka zjišťující míru stresovosti jednotlivých zátěžových situací. Respondentům bylo nabídnuto deset nejčastějších zátěžových situací, se kterými policista přichází do styku. Respondenti odpovídali pomocí stupnice přikládaného významu. Každou situaci bodově ohodnotili od 10 do 1, přiřazení bodu 10 znamená, že tato situace je pro respondenta nejvíce zátěžová, označení bodem 1 znamená nejméně stresující situaci. Cílem otázky bylo zjistit, jak jednotliví policisté vnímají jednotlivé situace z hlediska míry zátěže.

Otázka zjišťující četnost výskytu jednotlivých zátěžových situací. Respondentům bylo předloženo deset nejčastějších zátěžových situací, jednalo se o ty samé jako v předešlé otázce. Respondenti odpovídali pomocí stupnice přikládaného výzkumu. Každou situaci bodově ohodnotili od 10 do 1, přičemž 10 znamenalo, že se s touto situací setkávají velice často, a 1, že se jedná o situaci velmi výjimečnou.

Další otázka zjišťovala, jakým způsobem se oslovení policisté vyrovnávají s traumatizující událostí. Na výběr byli poskytnuty tři možnosti: Vyrovnávám se s tím sám. Svěřím se někomu blízkému. Vyhledám odbornou pomoc.

Následující otázka zjišťovala, u kterých z uvedených událostí z policejní praxe, např. při použití střelné zbraně, sdělování tragické události příbuzným oběti, při konfliktech a vnitřních vztazích na pracovišti, by měla být dle názoru respondentů automaticky poskytována odborná psychologická podpora.

Následující otázka je zaměřena na subjektivní názor oslovených policistů na možnosti předcházení vzniku stresovým situacím, na kvalitu současného výcviku u policie apod. Policisté byli žádáni o vyjádření míry souhlasu s tvrzeními zaměřenými na konkrétní skutečnost, předpoklad nebo požadavek. Dle svého názoru volili odpověď rozhodně souhlasím - spíše souhlasím - spíše nesouhlasím – rozhodně nesouhlasím. Záměrně byla vynechána odpověď nevím, aby byl respondent donucen rozhodnout se pro určitý směr svého názoru – souhlasný nebo nesouhlasný.

Otázka, u kterého z uvedených typů výcviků by policisté uvítali zlepšení, nabízí respondentům výběr ze střeleckého, taktického, psychologického a fyzického výcviku.

V další otázce byli respondenti dotázáni, zda již byli při výkonu svého povolání donuceni použít střelnou zbraň. Cílem této otázky je získat potřebné informace pro potvrzení či vyvrácení jednoho z předpokladů tohoto výzkumu.

Na závěr byly v dotazníku použity identifikační otázky, které slouží k bližší specifikaci a rozdělení respondentů.

Policisté byli dotazováni na:

- věk,
- pohlaví,
- délku praxe,
- služební zařazení.

Tyto osobní informace jsou z pohledu sledování vazeb a souvislostí mezi odpověďmi jednotlivých policistů dostačující. Bližší identifikační otázky by pro výzkum byly bezpředmětné a mohly by mít navíc vliv na zkreslení, záměrné přizpůsobení či nepravdivost odpovědí. Pokud by po respondentech bylo např. požadováno uvedení jména, mohlo by to u policistů vyvolat obavy z možných následků a s tím spojené líbivé, bezkonfliktní a přizpůsobené odpovědi.

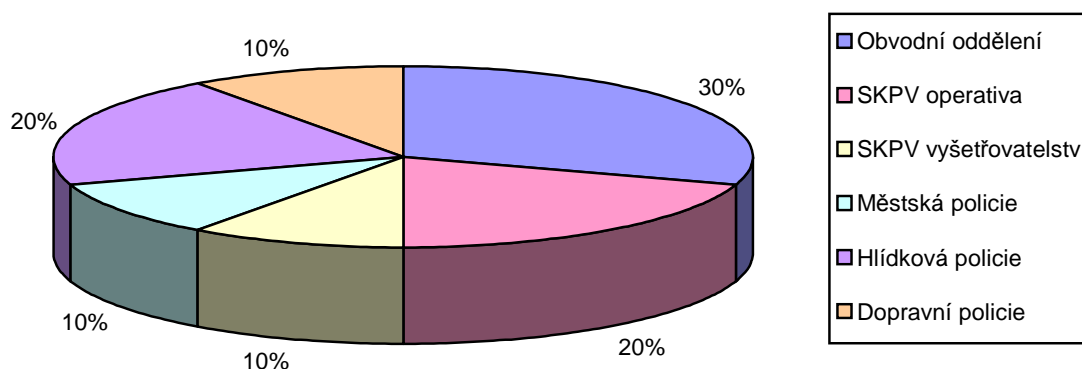
Celkem obsahuje dotazník osm otázek, je rozepsán na dvě strany formátu A4 a předpokládaná doba jeho vyplnění je 5 - 10 minut.

4.2 Vyhodnocení šetření

V následujících podkapitolách je zpracováno vyhodnocení získaných informací.

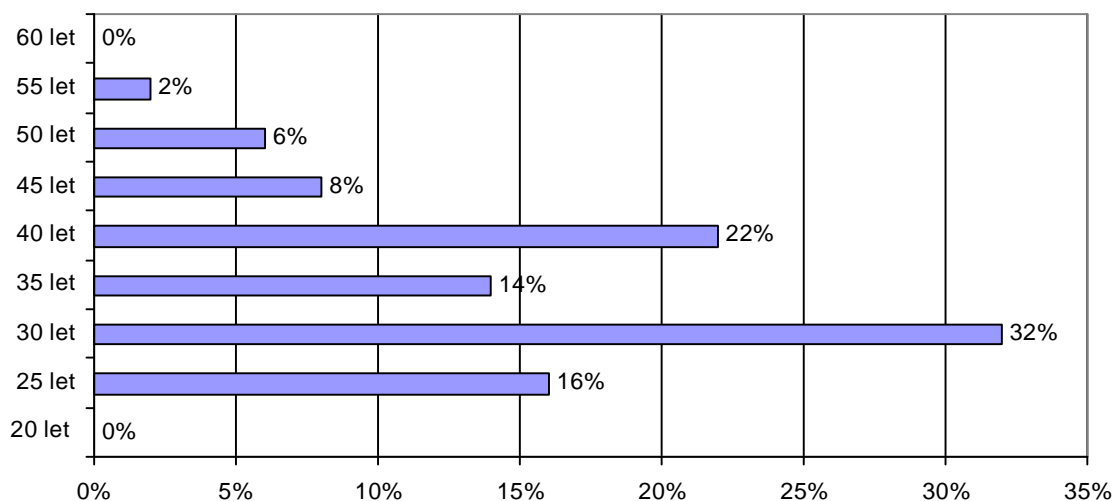
4.2.1 Struktura respondentů

Otázky k získání anamnestických údajů dotazovaných policistů byly z taktického hlediska umístěny až na konec dotazníku. Tyto odpovědi umožnily vytvořit klasifikaci a rozčlenění respondentů a následné vypracování struktury respondentů. Dotazníky byly rozdány policistům Obvodního oddělení v Novém Boru a v České Lípě, hlídkové policii, dopravní policii, dále příslušníkům Městské policie v Novém Boru a policistům Služby kriminální policie a vyšetřování (SKPV) v České Lípě. Téměř 30% dotazníků vyplnili policisté SKPV, 30% respondentů je příslušníky obvodního oddělení Policie ČR. Přibližně 20% respondentů jsou příslušníci hlídkové policie, 10% tvoří zaměstnanci městské policie ČR, stejně velká část respondentů jsou dopravní policisté. Strukturu respondentů podle služebního zařazení zachycuje graf 1.



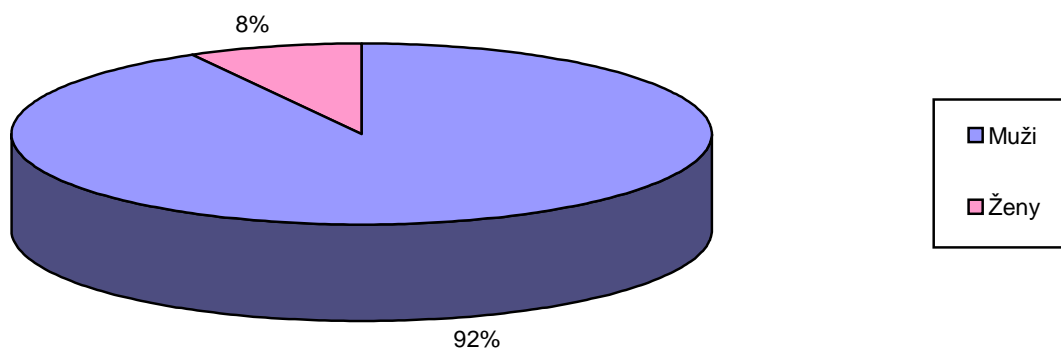
Graf 1: Struktura respondentů podle služebního zařazení

Respondenti byli dotazováni na věk a pohlaví. Na základě těchto údajů lze blíže specifikovat strukturu respondentů, kterou znázorňují grafy 2 a 3.



Graf 2: Struktura respondentů podle věku

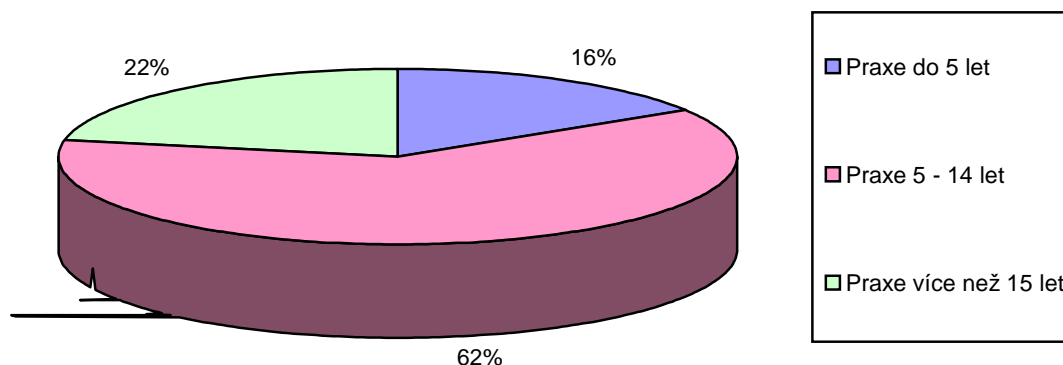
Oslovení policisté jsou ve věku 21-55 let, 80% respondentů je ve věku 21-40 let, 60% není starší než 35 let. Největší zastoupení představují policisté ve věku 26-30 let. Průměrný věk respondentů je 33,32 let.



Graf 3: Struktura respondentů podle pohlaví

Naprostá většina dotazovaných jsou muži, ženy představují pouze 8% z celkového počtu oslovených respondentů.

Strukturu respondentů z hlediska délky praxe je zachycena v grafu 4.



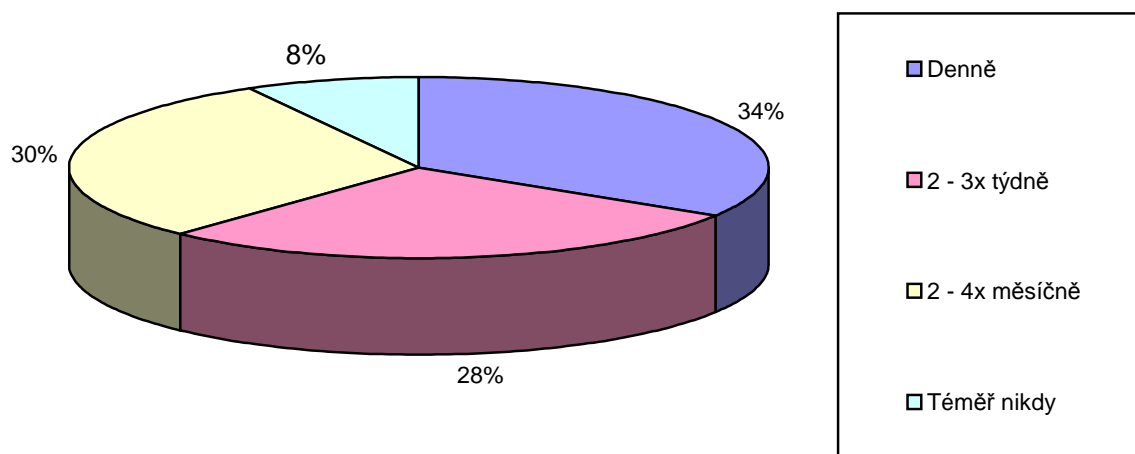
Graf 4: Struktura respondentů podle délky praxe

Více než 60% respondentů pracuje u policie v rozmezí 5-14 let, 22% oslovených policistů vykonává své zaměstnání více než 15 let, nejmenší zastoupení představují respondenti sloužící u policie méně než 5 let.

Při realizaci výzkumu nebyla zohledňována skutečná struktura zaměstnanců Policie České Republiky, cílem výzkumu bylo získat relevantní informace od přibližně stejně velkých skupin, které byly chápány z hlediska služebního zařazení respondentů. Výsledná struktura respondentů byla výrazně ovlivněna nejen strukturou náhodně vybraných policistů, ale do jisté míry i aktuální strukturou policistů v České Lípě a Novém Boru. Z těchto důvodů převažuje počet respondentů ve věku do 35 let (více než 60% respondentů), dále je většinový počet respondentů z obvodního oddělení nebo z kriminální služby a vyšetřování. Výrazná je převaha respondentů mužského pohlaví. Většina respondentů pracuje ve službách Policie ČR 5-14 let. Vliv těchto charakteristik struktury respondentů na výsledky výzkumu je posuzován v následujících kapitolách.

4.2.2 Četnost pocitu ohrožení při výkonu policejní práce

Policistům byla položena otázka, zjišťující četnost pocitu ohrožení při výkonu policejní práce.



Graf 5: Četnost ohrožení při výkonu policejní práce

Pro 34% policistů je pocit ohrožení každodenní, přibližně 30% respondentů uvádí, že se při své práci cítí být ohroženi 2 – 4x měsíčně. Přibližně 28% respondentů se dle svého subjektivního pocitu nachází v nebezpečné situaci 2 - 3x týdně a pouze 8% respondentů uvádí, že se do nebezpečné situace nedostává téměř nikdy. Kvůli značným diferencím v odpovědích byla následně zkoumána možná vazba mezi pracovním zařazením nebo délkou praxe respondentů na odpověď na tuto otázku. Je totiž možný předpoklad, že policisté pracující jako vyšetřovatelé SKPV nebo policisté s delší praxí vnímají své zaměstnání jako méně rizikové..

Pro zjištění statistické závislosti mezi pracovním zařazením policisty a frekvencí jeho ohrožení při výkonu zaměstnání je použit test χ^2 o nezávislosti v kontingenční tabulce.

Pro potřeby výpočtu byla data získaná v dotazníku seříděna do kontingenční tabulky 1.

1. Hypotéza H_0 : Pracovní zařazení policisty a frekvence jeho ohrožení jsou vzájemně nezávislé

Hypotéza H_1 : non H_0

2. Testové kritérium:

$$G = \sum_{i=1}^r \sum_{j=1}^s \frac{(n_{ij} - n_{ij}')^2}{n_{ij}'} \quad n_{ij}' = \frac{n_{i.} \cdot n_{.j}}{n}$$

Tabulka 1: Kontingenční tabulka pro výpočet vztahu mezi pracovním zařazením policisty a frekvencí jeho ohrožení při výkonu zaměstnání.

<i>Pracovní zařazení respondenta</i>	<i>Obvodní oddělení</i>		<i>SKPV vyšetřovatelství</i>		<i>SKPV operativa</i>		<i>Městská policie</i>		<i>Hlídková policie OHS</i>		<i>Dopravní policie SDN</i>		Σ
<i>Odpověď</i>	n_{ij}	n_{ij}'	n_{ij}	n_{ij}'	n_{ij}	n_{ij}'	n_{ij}	n_{ij}'	n_{ij}	n_{ij}'	n_{ij}	n_{ij}'	
<i>denně</i>	7	5,1	1	1,7	2	3,4	2	1,7	0	3,4	5	1,7	17
<i>2-3x týdně</i>	1	4,2	0	1,4	2	2,8	2	1,4	9	2,8	0	1,4	14
<i>2-4x měsíčně</i>	6	4,5	3	1,5	4	3	1	1,5	1	3	0	1,5	15
<i>Téměř nikdy</i>	1	1,2	1	0,4	2	0,8	0	0,4	0	0,8	0	0,4	4
Σ	15		5		10		5		10		5		50

Zdroj: Vlastní

$$G = 39,67$$

3. Kritický obor

$$W = \{G; G > \chi_{0,95}^2(r-1) \cdot (s-1)\}$$

$$W = \{G; G > \chi_{0,95}^2(15)\}$$

$$W = \{G; G > 25,00\}$$

Testové kritérium leží v kritickém oboru, hypotetické četnosti se liší od napozorovaných. Zamítáme tedy hypotézu o nezávislosti. Tímto výpočtem bylo dokázáno, že existuje statisticky významná závislost mezi pracovním zařazením respondentů a frekvencí jejich pocitu ohrožení při výkonu zaměstnání.

Druhou zkoumanou otázkou je možná vazba mezi pocitem ohrožení při policejní práci a délkou praxe respondenta. Pro zjištění statistické závislosti mezi délkou praxe policisty a frekvencí jeho ohrožení při výkonu zaměstnání je opět použit test χ^2 o nezávislosti v kontingenční tabulce.

Pro potřeby výpočtu byla data získaná v dotazníku seříděna do kontingenční tabulky 2.

1. Hypotéza H_0 : Pracovní zařazení policisty a frekvence jeho ohrožení jsou vzájemně nezávislé

Hypotéza H_1 : non H_0

2. Testové kritérium:

$$G = \sum_{i=1}^r \sum_{j=1}^s \frac{(n_{ij} - n_{ij}')^2}{n_{ij}'} \quad n_{ij}' = \frac{n_{i.} \cdot n_{.j}}{n}$$

Tabulka 2: Kontingenční tabulka pro výpočet vztahu mezi délkou praxe policisty a frekvencí jeho ohrožení při výkonu zaměstnání.

<i>Délka policejní praxe respondenta</i>	<i>Do 5 let</i>		<i>5 – 14 let</i>		<i>Více než 15 let</i>		Σ
<i>Odpověď</i>	n_{ij}	n_{ij}'	n_{ij}	n_{ij}'	n_{ij}	n_{ij}'	
<i>denně</i>	2	2,72	10	10,54	5	3,74	17
<i>2-3x týdně</i>	5	2,24	7	8,68	2	3,08	14
<i>2-4x měsíčně</i>	0	2,4	12	9,3	3	3,3	15
<i>Téměř nikdy</i>	1	0,64	2	2,48	1	0,88	4
Σ	8		31		11		50

Zdroj: Vlastní

$$G = 8,27$$

3. Kritický obor

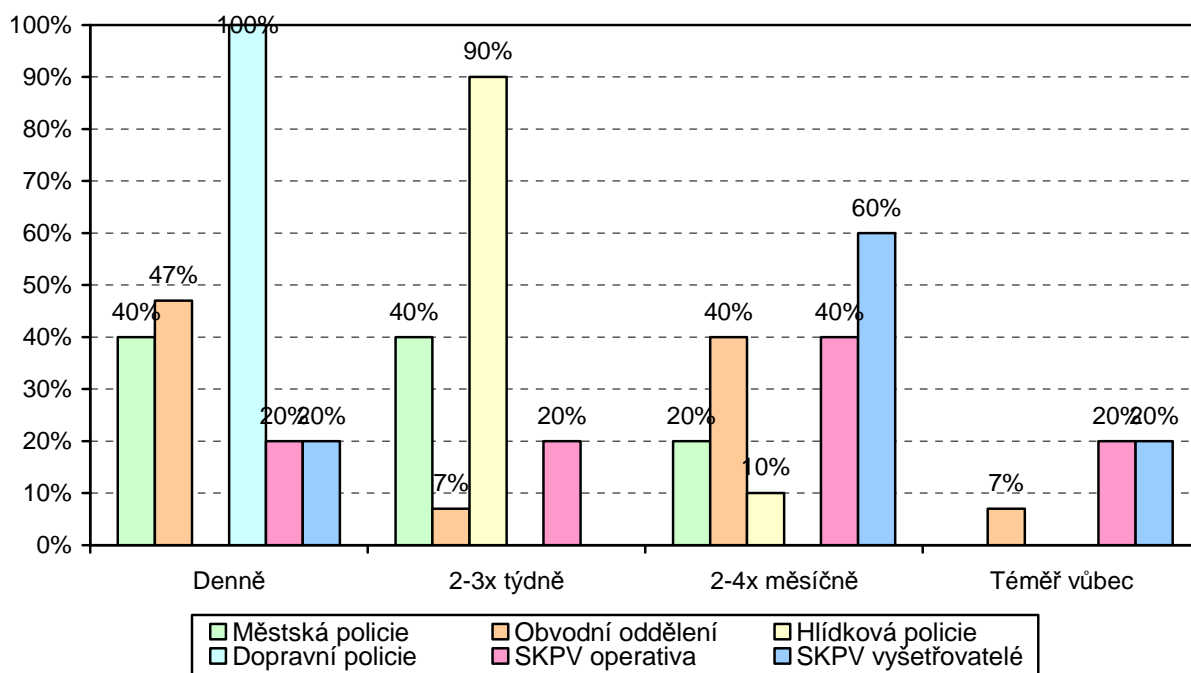
$$W = \{G; G > \chi^2_{0,95}(r-1) \cdot (s-1)\}$$

$$W = \{G; G > \chi^2_{0,95}(6)\}$$

$$W = \{G; G < 12,59\}$$

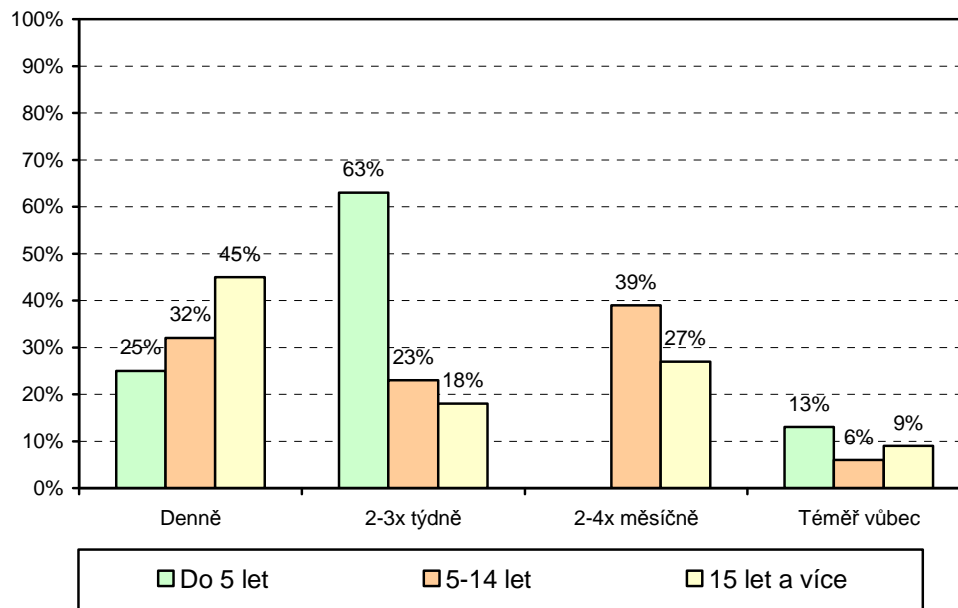
Testové kritérium neleží v kritickém oboru, hypotetické četnosti se neliší od napozorovaných. Přijímáme hypotézu o nezávislosti. Tímto výpočtem bylo dokázáno, že neexistuje statisticky významná závislost mezi délkou praxe respondentů a frekvencí jejich pocitu ohrožení při výkonu zaměstnání.

Zatímco služební zařazení má prokazatelně přímý vliv na četnost pocitu ohrožení při výkonu zaměstnání, tedy jednotlivá služební zařazení u Policie ČR přináší ze subjektivního pohledu policistů situace, v nichž se cítí být v různé míře ohrožení, délka praxe respondentů rizikovost zaměstnání neovlivňuje. Statisticky vypočítané vazby lze názorně dokreslit zachycením získaných informací do grafů.



Graf 6: Pocit ohrožení ve vztahu ke služebnímu zařazení respondentů

Z grafu 6 je patrné, že vnímání ohrožení při výkonu zaměstnání je značně rozdílné v závislosti na služebním zařazení policistů. Příslušníci dopravní policie se všichni cítí být ohroženi denně, 90% policistů hlídkové policie je dle vlastního názoru vystavováno nebezpečí 2-3x týdně. 47% policistů z obvodních oddělení Česká Lípa a Nový Bor uvedlo, že se cítí ohroženi denně, 40% 2-4x měsíčně, 7% 2-3 týdně a pouhých 6% dotázaných uvedlo, že se při svém zaměstnání necítí téměř ohroženi. Naopak 60% vyšetřovatelů SKPV se cítí být v ohrožení 2-4x měsíčně, 20% vyšetřovatelů častěji a stejně velká část téměř nikdy. Nejvyrovnanější rozložení odpovědí lze vypočítat u operativců SKPV. Převažuje sice četnost ohrožení 2-4x měsíčně, kterou přiznává 40% operativců, poměr ostatních četností je však naprosto vyrovnaný. Příslušníci městské policie jsou z 40% vystaveny denně, z 40% 2-3x týdně a 20% 2-4x měsíčně, poslední variantu neoznačil ani jeden z policistů Městské policie.



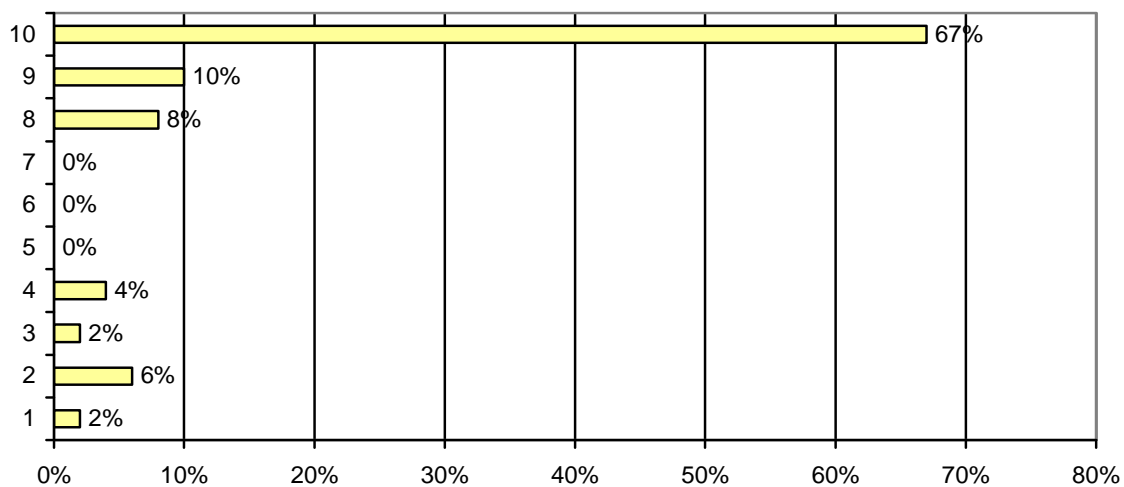
Graf 7: Pocit ohrožení ve vztahu k délce praxe

Z grafického zachycení pocitu ohrožení ve vztahu k délce praxe je patrné, že až na drobné výjimky je rozložení odpovědí podobné bez ohledu na délku praxe. To dokresluje statistické popření vazby délky praxe na pocit ohrožení ve výkonu zaměstnání.

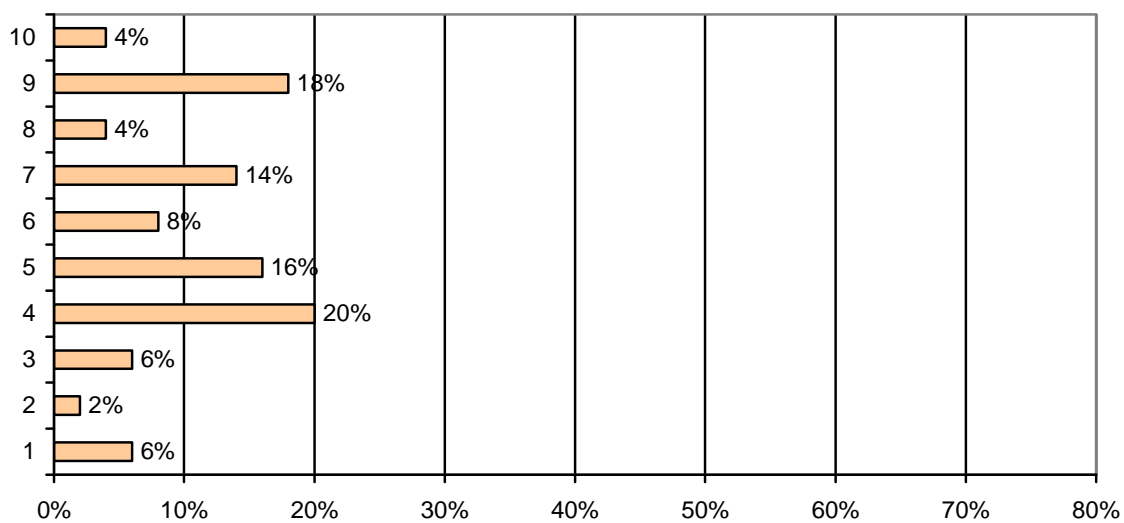
4.2.3 Stresovost situací typických pro policejní praxi

Respondentům byla položena otázka: Která z následujících situací v policejní praxi je pro vás nejvíce zátěžová, stresující? Předložené situace měli policisté seřadit a obodovat pomocí desetitibodové škály, přičemž nejdůležitějšímu důvodu měli přiřadit 10 bodů, následujícímu 9, 8, 7... a nejméně významnému důvodu 1 bod.

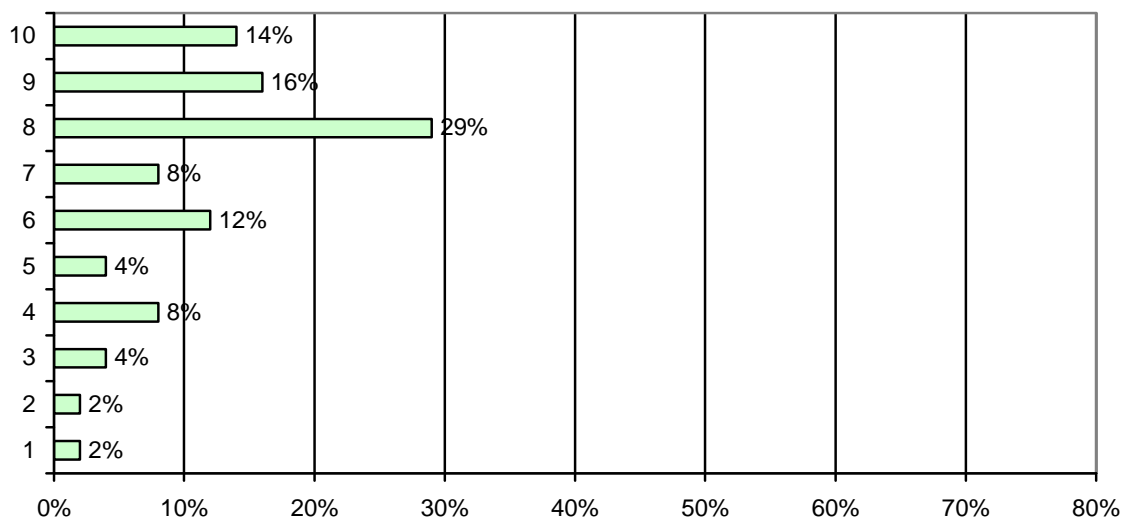
Ohodnocení jednotlivých situací je zachyceno v následujících grafech.



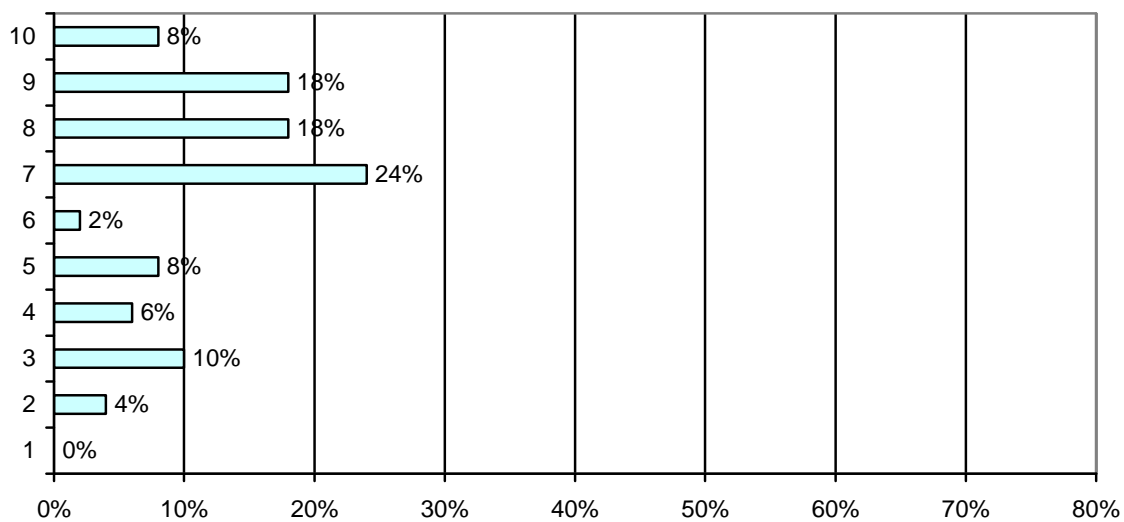
Graf 8: Použití střelné zbraně



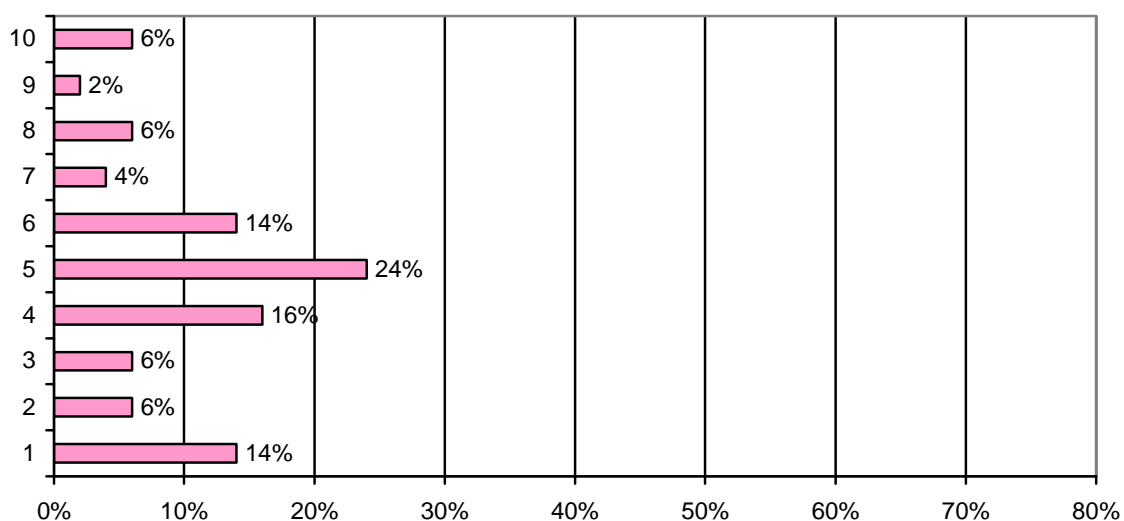
Graf 9: Použití donucovacích prostředků



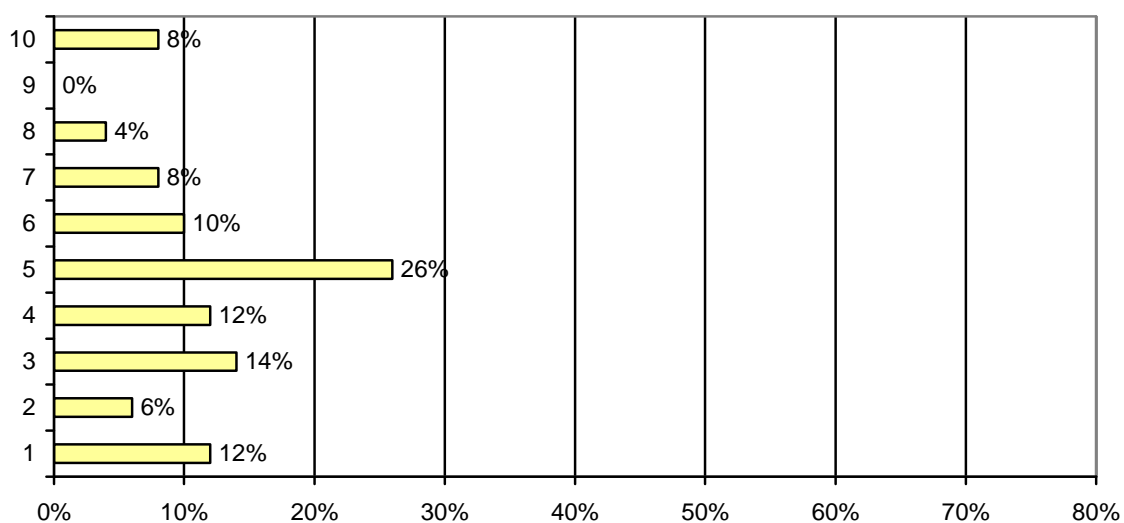
Graf 10: Pronásledování nebezpečného pachatele



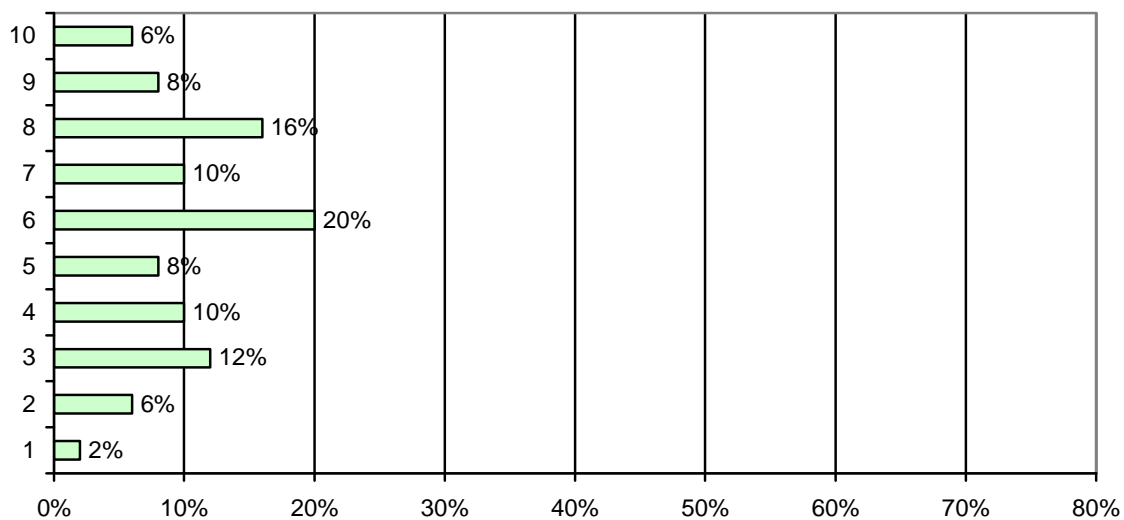
Graf 11: Zárok proti agresivní osobě



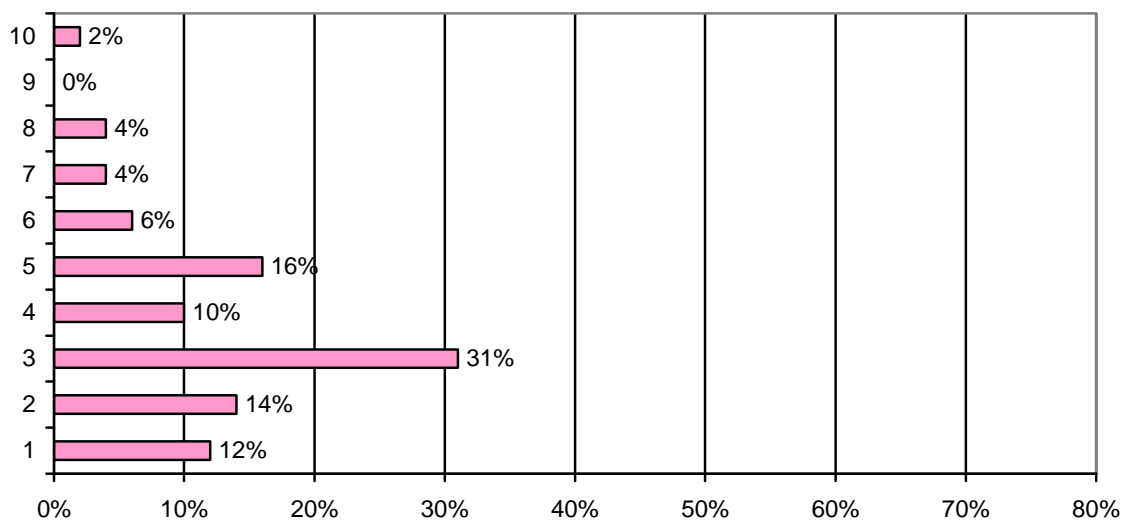
Graf 12: Pohled na těžká zranění



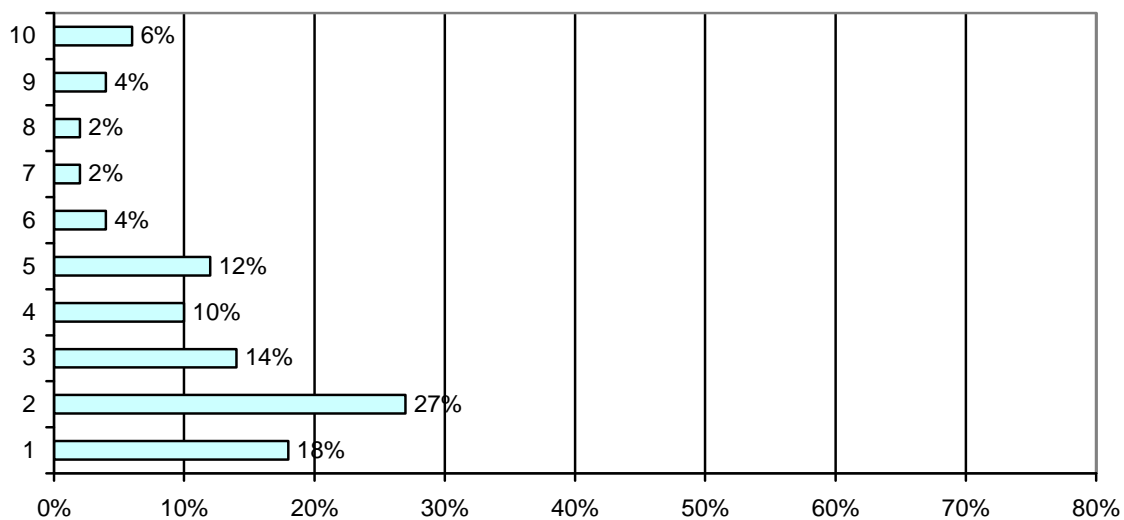
Graf 13: Vyšetřování vážné dopravní nehody se smrtelnými následky



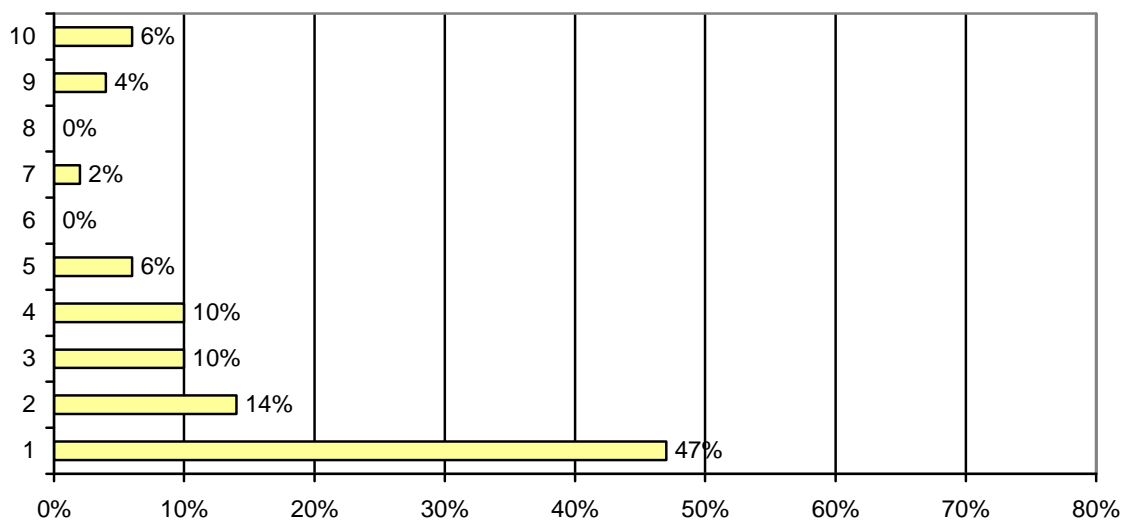
Graf 14: Sdělování tragické události příbuzným



Graf 15: Výslech oběti násilí



Graf 16: Konflikty a vnitřní vztahy na pracovišti

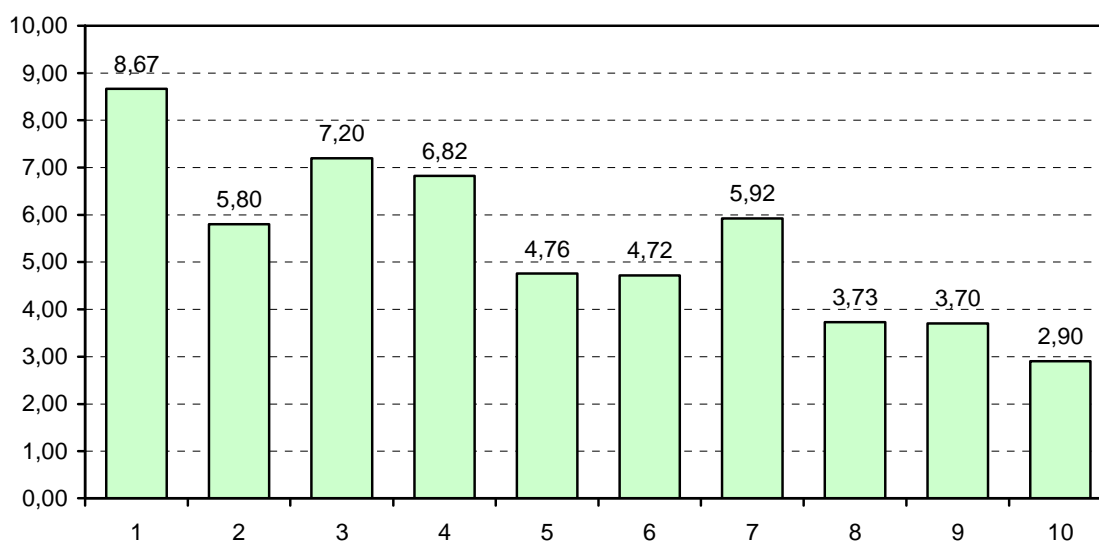


Graf 17: Spisová agenda

Na základě shromážděných výsledků lze porovnat průměry bodových ohodnocení, které respondenti přiřadili k jednotlivým situacím.

Vysvětlivky k následujícím grafům :

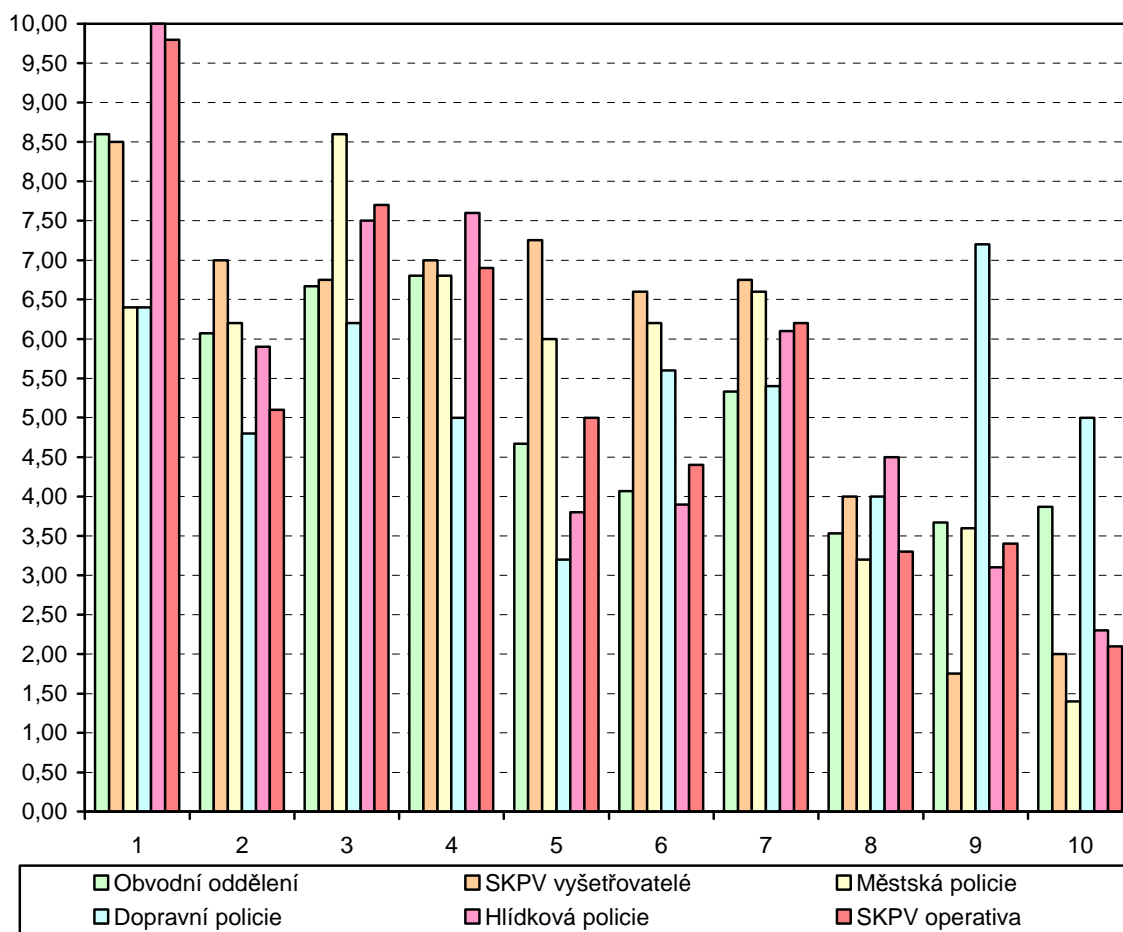
1	Použití střelné zbraně	6	Vyšetřování vážné dopravní nehody se smrtelnými následky
2	Použití donucovacích prostředků	7	Sdělování tragické události příbuzným
3	Pronásledování nebezpečného pachatele	8	Výslech oběti násilí
4	Zárok proti agresivní osobě	9	Konflikty a vnitřní vztahy na pracovišti
5	Pohled na těžká zranění	10	Spisová agenda



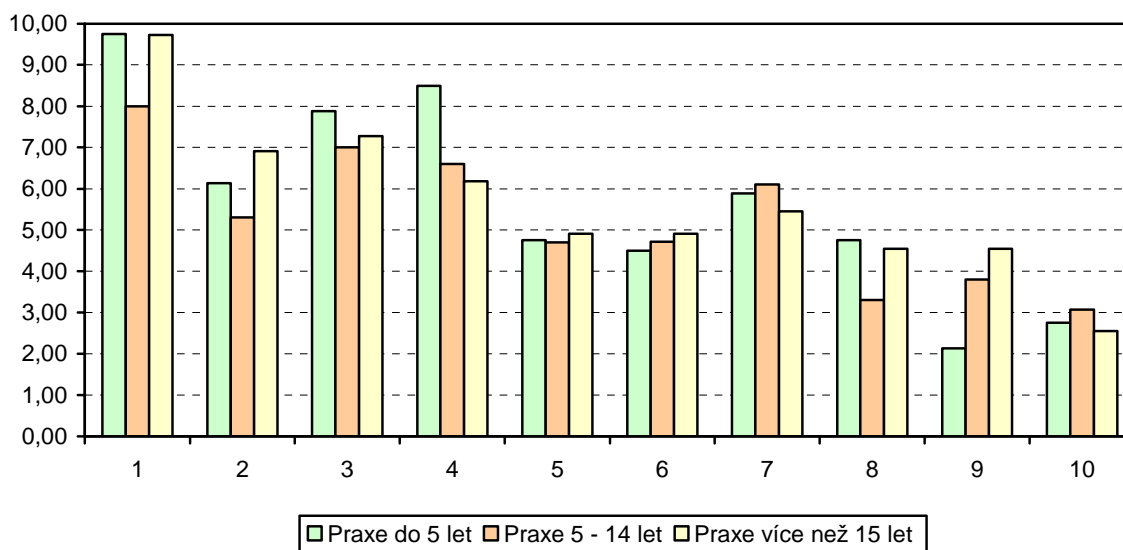
Graf 18: Průměrná ohodnocení stresovosti jednotlivých situací

Z dat zachycených názorně v grafu vyplývá, že pro většinu policistů je hlavní zátěžovou situací použití střelné zbraně. Druhou nejsilnější stresovou situací je pronásledování nebezpečného pachatele. Naopak nejméně zátěžové je dle výpovědí dotázaných policistů vykonávání spisové agendy. Poměrně slabý stresový dopad mají i konflikty a vnitřní vztahy na pracovišti a výslech oběti násilí.

Odpovědi jsou opět podrobněji analyzovány z hlediska struktury respondentů. Grafy 16 a 17 poskytují detailnější strukturu odpovědí.



Graf 16: Průměrná ohodnocení při rozlišení služebního zařazení respondentů

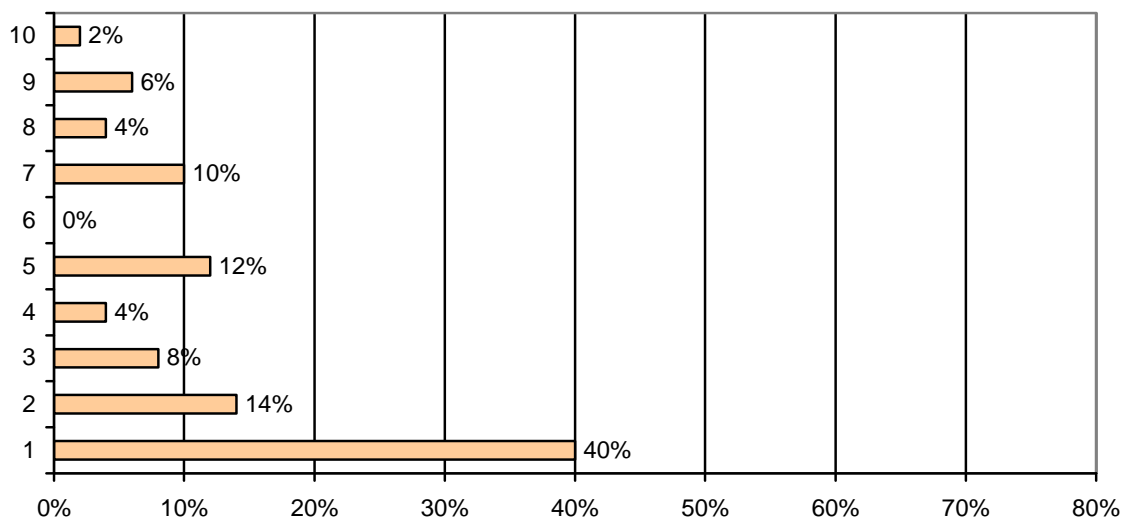


Graf 17: Průměrná ohodnocení při rozlišení délky praxe respondentů

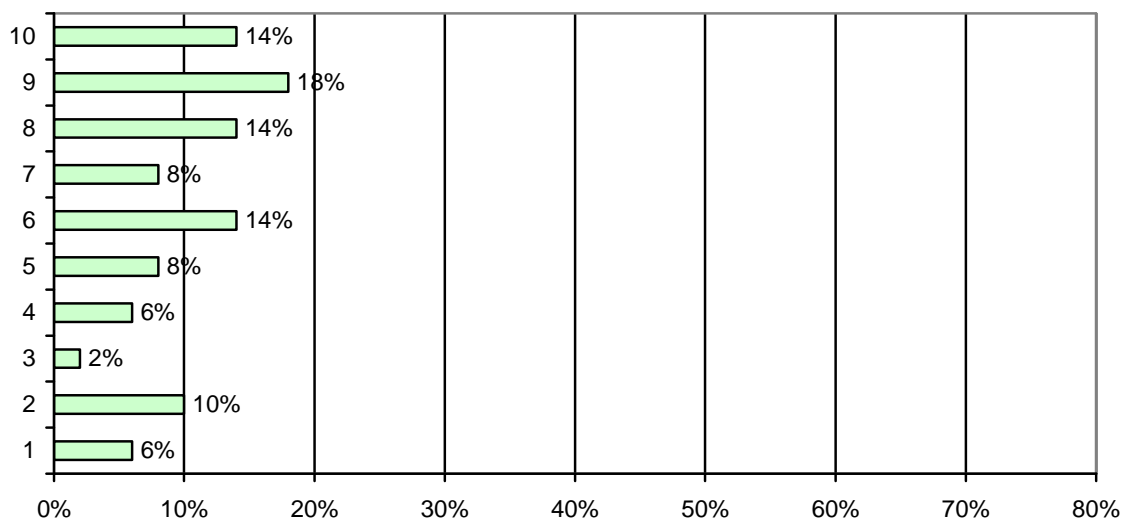
4.2.4 Subjektivní pravděpodobnost výskytu situací typických pro policejní praxi

Respondentům byla položena otázka: Jak je podle vašeho názoru pravděpodobné, že se při výkonu služby setkáte s některou z uvedených událostí? Předložené situace měli policisté seřadit a obodovat pomocí desetibodové škály, přičemž situaci s největší pravděpodobností výskytu měli přiřadit 10 bodů, následujícímu 9, 8, 7... a nejméně pravděpodobné situaci 1 bod.

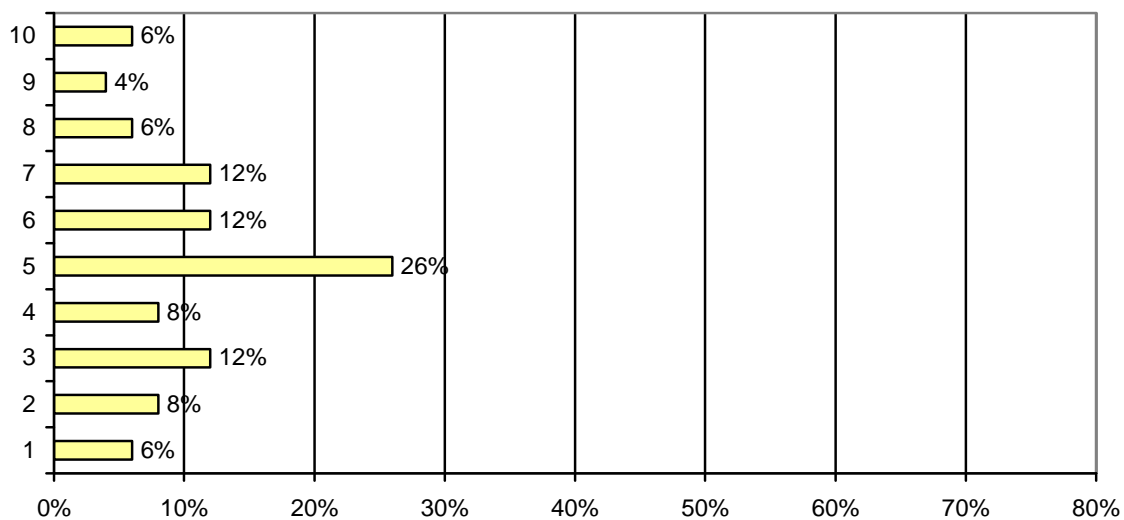
Pravděpodobnosti výskytu přiřazené respondenty jednotlivým situacím jsou zachyceny v následujících grafech.



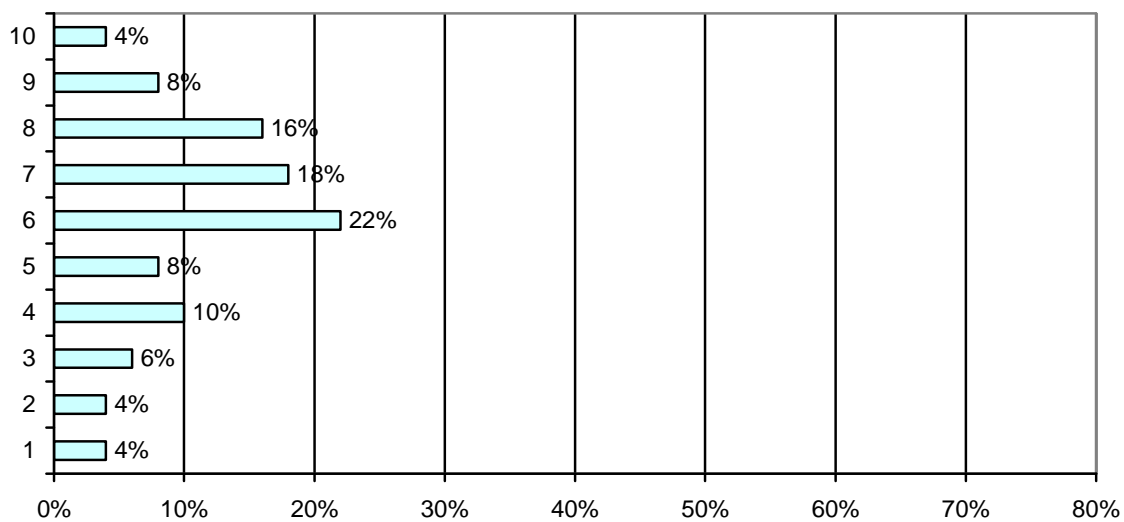
Graf 18: Pravděpodobnost použití střelné zbraně



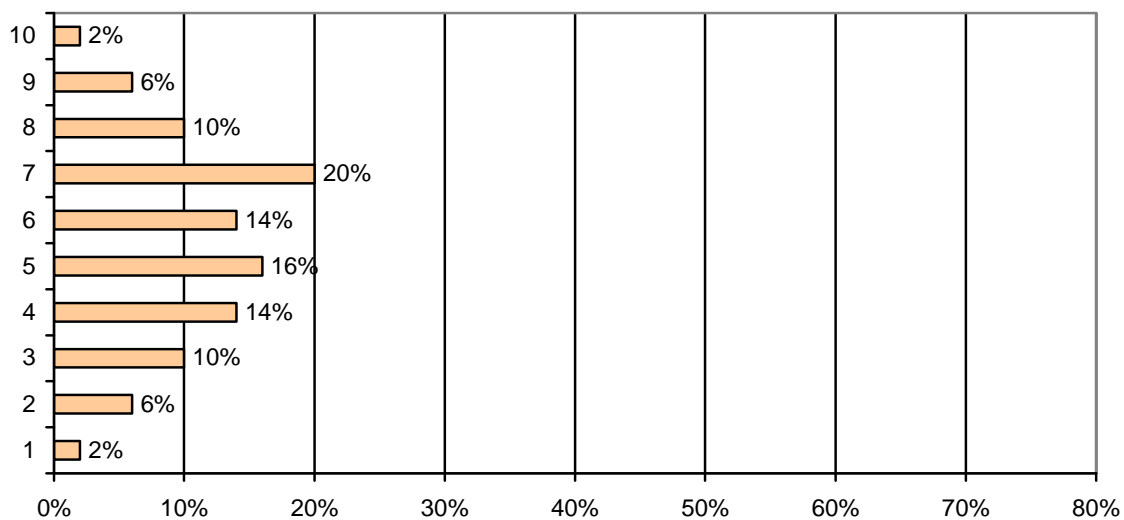
Graf 19: Pravděpodobnost použití donucovacích prostředků



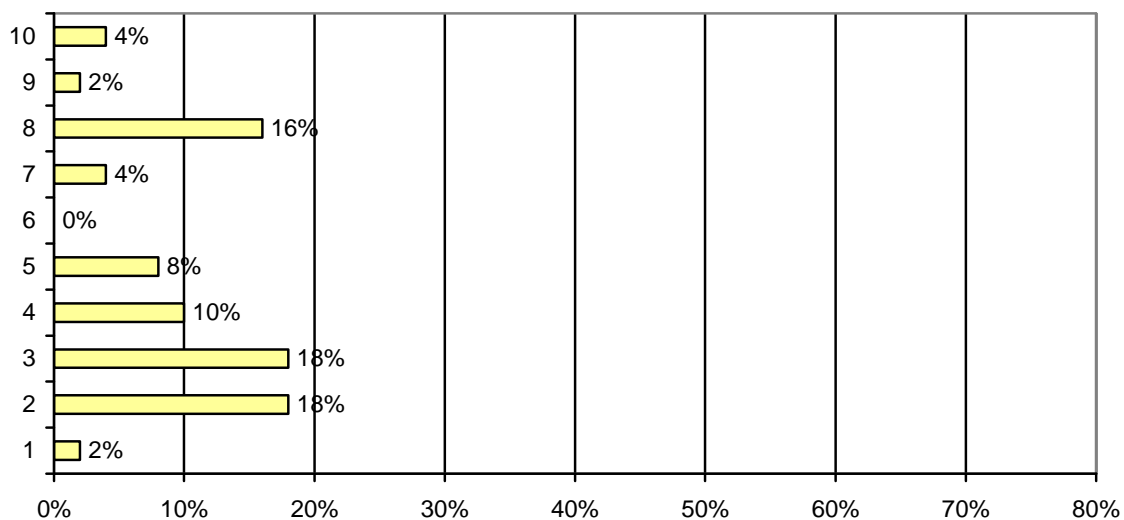
Graf 20: Pravděpodobnost pronásledování nebezpečného pachatele



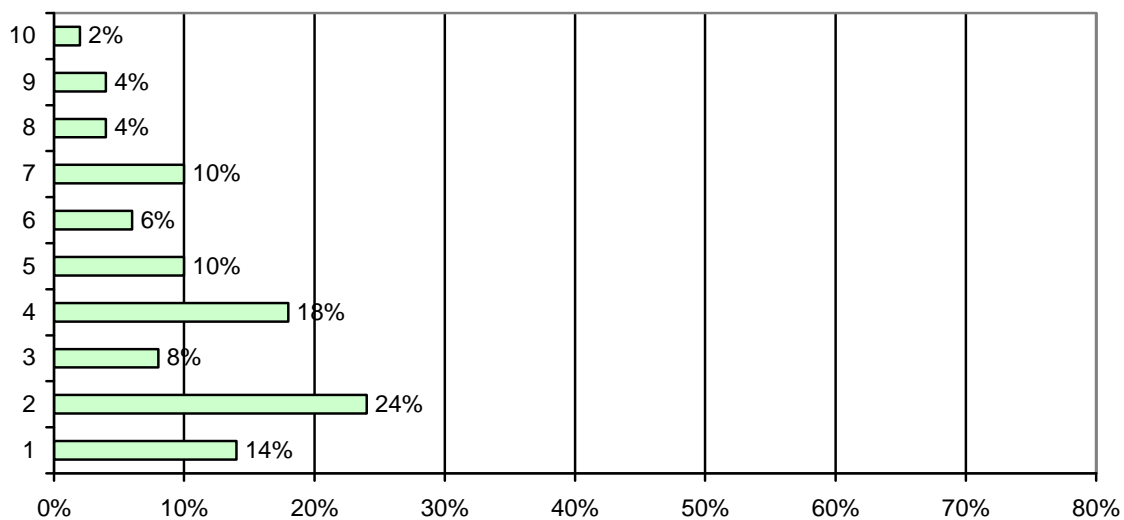
Graf 21: Pravděpodobnost zákroku proti agresivní osobě



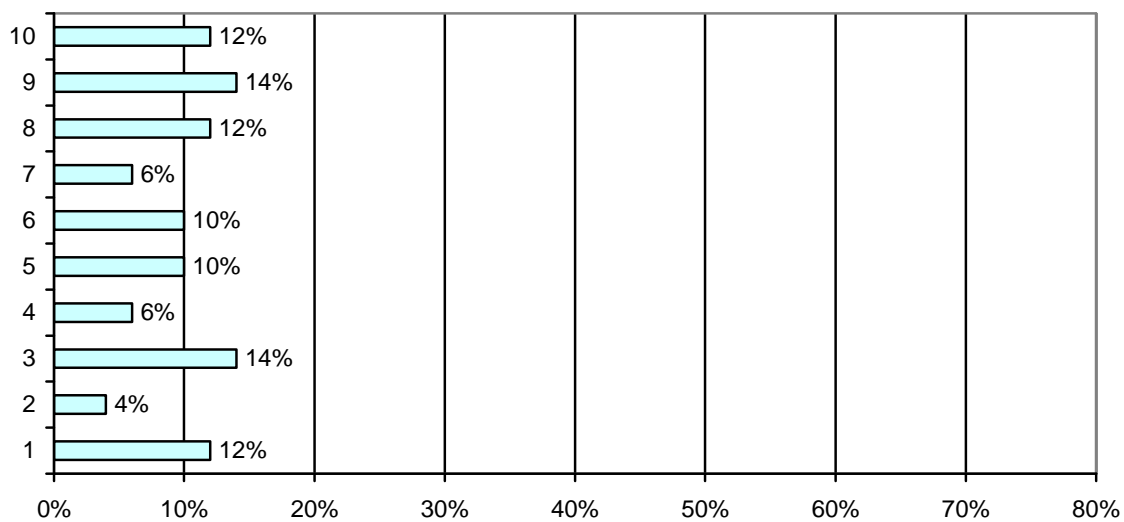
Graf 22: Pravděpodobnost pohledu na těžká zranění



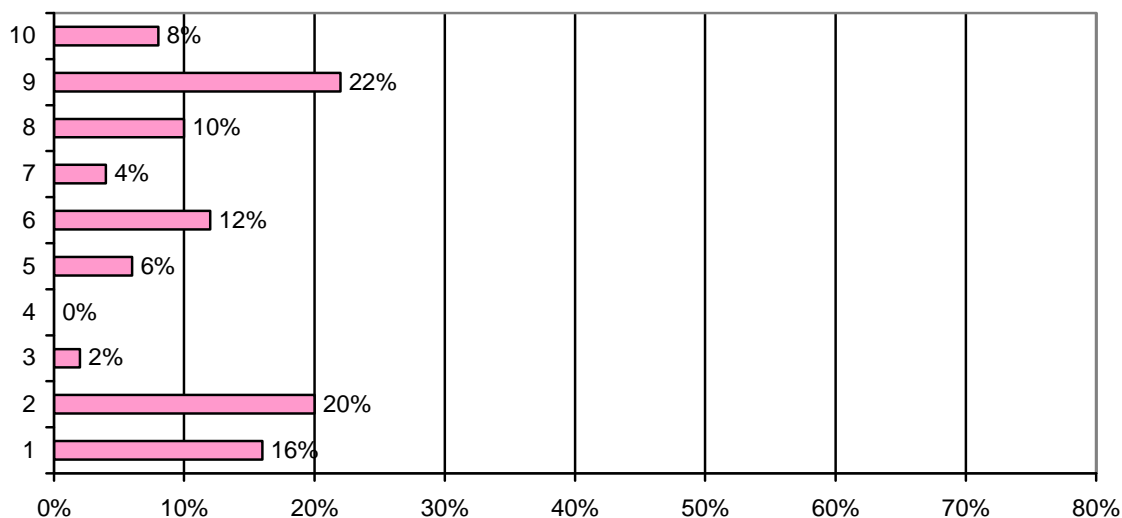
Graf 23: Pravděpodobnost vyšetřování vážné dopravní nehody se smrtelnými následky



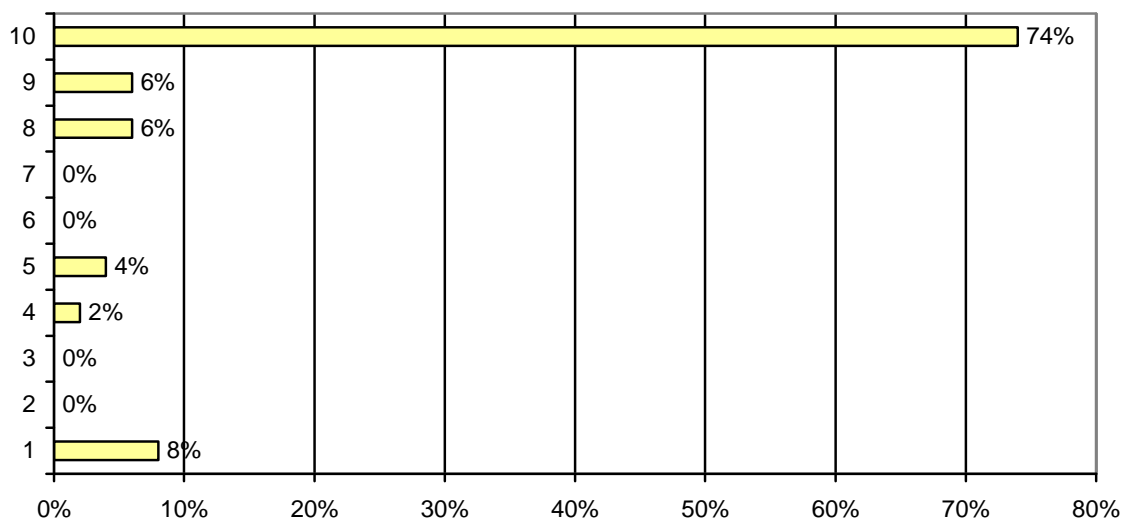
Graf 24: Pravděpodobnost sdělování tragické události příbuzným



Graf 25: Pravděpodobnost výsledku oběti násilí



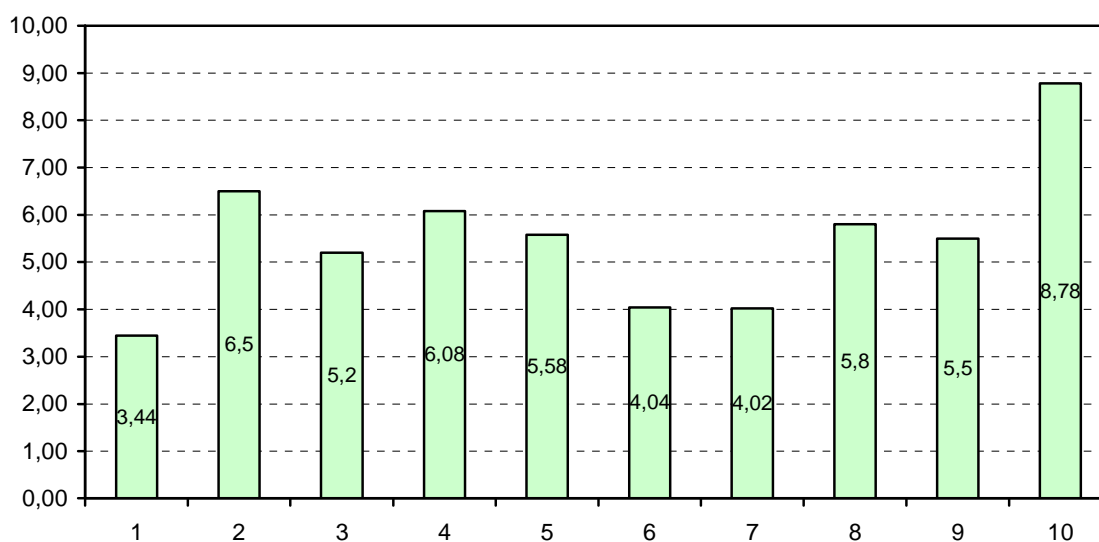
Graf 26: Pravděpodobnost konfliktů a problémových vnitřních vztahů na pracovišti



Graf 27: Pravděpodobnost spisové agendy

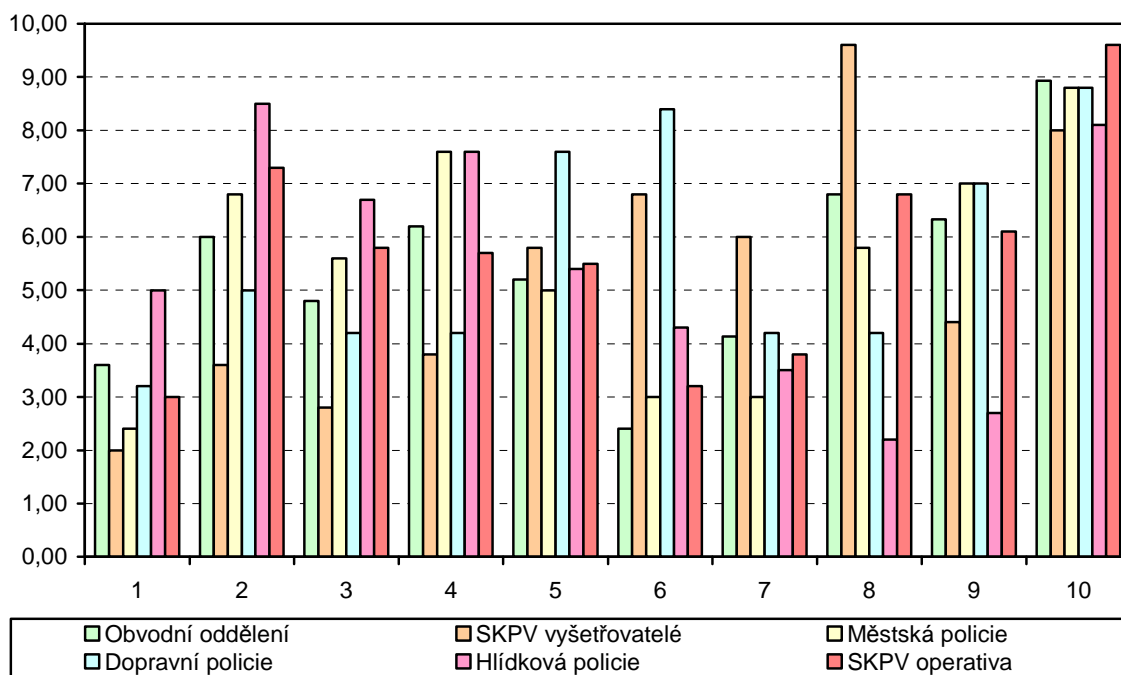
Na základě shromážděných výsledků lze porovnat průměry bodových ohodnocení pravděpodobnosti střetu s danou situací, které respondenti přiřadili k jednotlivým situacím.

1	Použití střelné zbraně	6	Vyšetřování vážné dopravní nehody se smrtelnými následky
2	Použití donucovacích prostředků	7	Sdělování tragické události příbuzným
3	Pronásledování nebezpečného pachatele	8	Výslech oběti násilí
4	Zárok proti agresivní osobě	9	Konflikty a vnitřní vztahy na pracovišti
5	Pohled na těžká zranění	10	Spisová agenda

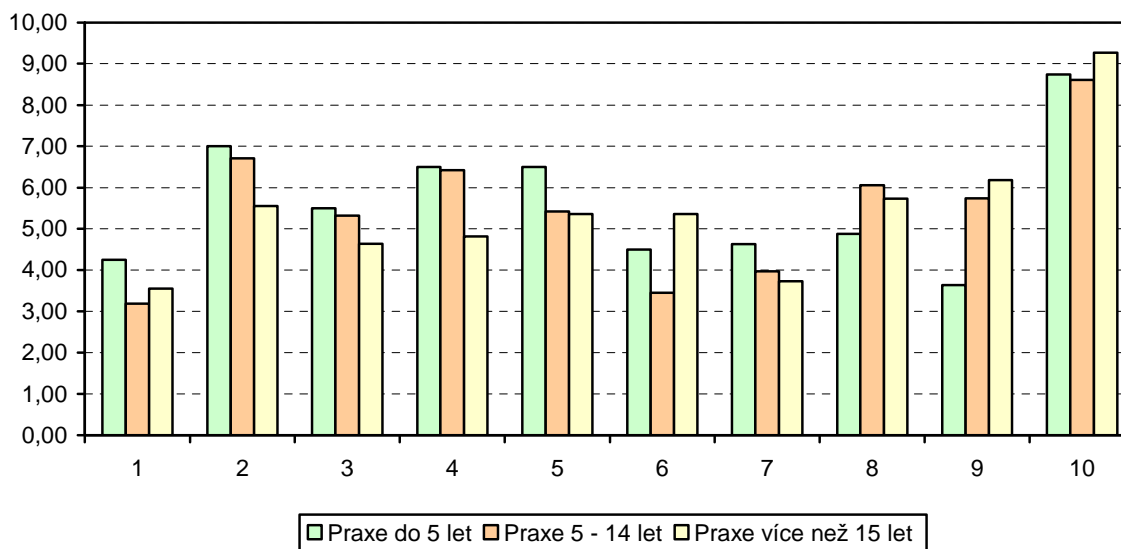


Graf 28: Průměrná ohodnocení pravděpodobnosti výskytu jednotlivých situací

Odpovědi jsou opět podrobněji analyzovány z hlediska struktury respondentů.



Graf 29: Průměrná ohodnocení při rozlišení služebního zařazení respondentů

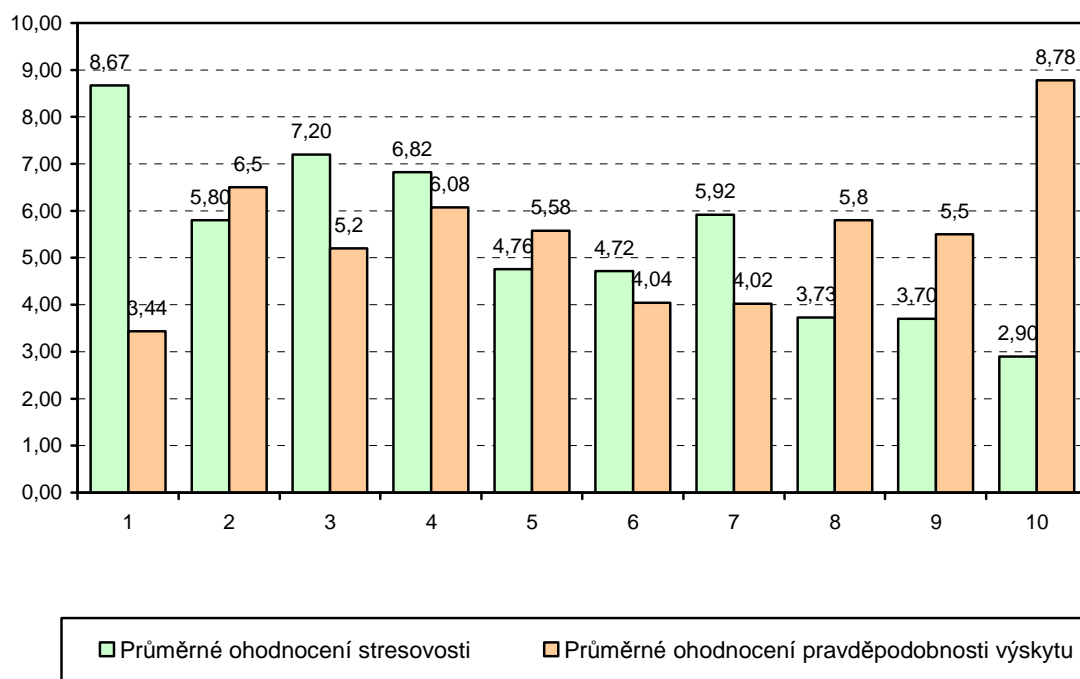


Graf 30: Průměrná ohodnocení při rozlišení délky praxe respondentů

Ze získaných údajů lze vypožorovat, zda existuje určitá vazba mezi pravděpodobností výskytu jednotlivých situací a mírou jejich stresovosti pro policisty. Pro lepší přehlednost jsou výsledky zachyceny v grafu.

Vysvětlivky ke grafu 31:

1	Použití střelné zbraně	6	Vyšetřování vážné dopravní nehody se smrtelnými následky
2	Použití donucovacích prostředků	7	Sdělování tragické události příbuzným
3	Pronásledování nebezpečného pachatele	8	Výslech oběti násilí
4	Zárok proti agresivní osobě	9	Konflikty a vnitřní vztahy na pracovišti
5	Pohled na těžká zranění	10	Spisová agenda



Graf 31: Průměrná ohodnocení stresovosti jednotlivých situací a pravděpodobnosti jejich výskytu

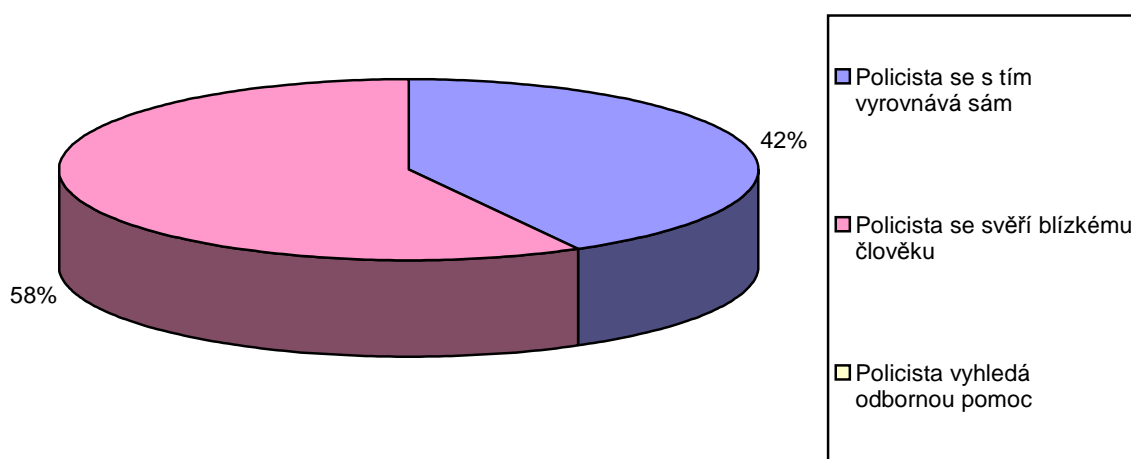
Dle odpovědí respondentů se policisté ve své praxi nejčastěji setkávají se spisovou agendou, která pro ně představuje nejméně stresující situaci. Druhou nejčastější činností je použití donucovacích prostředků, které je dle výpovědí policistů poměrně stresující. Naopak nejmenší je pravděpodobnost použití střelné zbraně a zároveň je tato situace pro oslovené policisty nejvíce stresovou. Druhou nejstresovější situací je pronásledování nebezpečného pachatele, tato situace je v policejní praxi poměrně častá. Z těchto poznatků nelze vyvodit závěr, že by existovala přímá úměra mezi četností výskytu určité situace a mírou její stresovosti pro policisty.

V policejní praxi existují činnosti, u kterých může dojít k určité stereotypizaci, jejich častým používáním a opakováním policisté získají jistotu a důvěru ve vlastních schopnosti a vykonávání těchto činností přestává být stresující. U těchto činností platí, že čím je vyšší jejich četnost, tím se snižuje jejich vliv na stres policistů. Jedná se např. o vykonávání spisové agendy, výslech oběti násilí a situace vyplývající z vnitřních vztahů a konfliktů na pracovišti. Poměr vyšší četnost a menší stresovost lze pozorovat i u použití donucovacích prostředků a při pohledu na těžká zranění. Poměr nízká četnost a vyšší stresovost je u již zmíněného použití střelné zbraně a sdělování tragické události příbuzným.

Existují však činnosti, jejichž četnost výskytu a stresovost vykazují ze strany policistů velmi podobné ohodnocení. Např. použití donucovacích prostředků a zákrok proti agresivní osobě jsou situace s poměrně vysokou pravděpodobností výskytu a poměrně vysokou mírou stresovosti. Naopak četnost i stresovost vyšetřování vážné dopravní nehody se smrtelnými následky jsou podle ohodnocení policistů spíše nižší.

4.2.5 Způsob vyrovnávání se s traumatizující událostí

Policistům byla položena otázka, jak se nejčastěji vyrovnávají s traumatizující událostí.



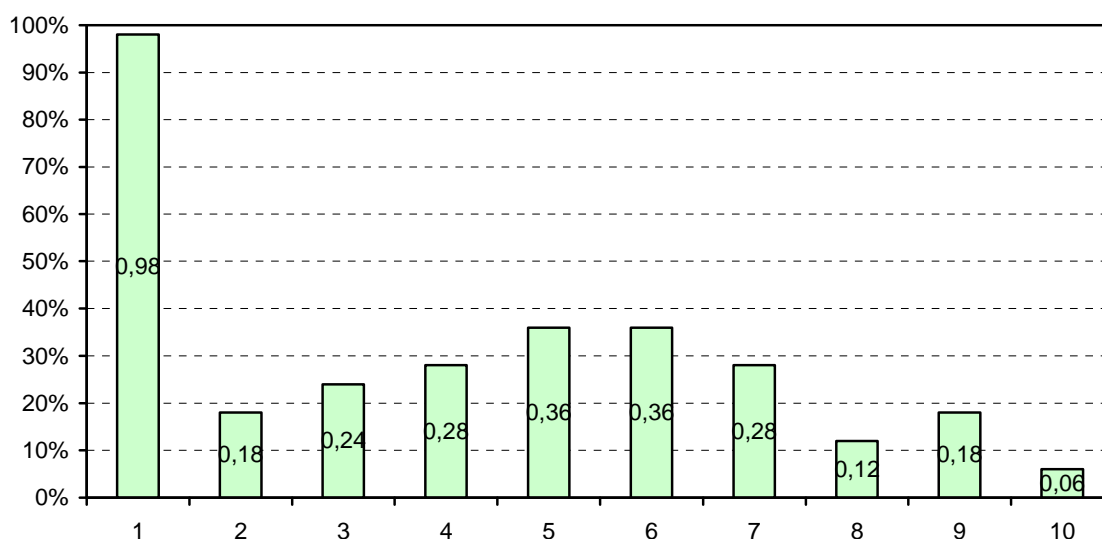
Graf 32: Způsob vyrovnávání se s traumatizující událostí

Z grafu je patrné, že 42% policistů se s traumatizující situací vyrovnává samo, 58% oslovených policistů se svěří blízkému člověku. Překvapující a zajímavé zjištění je, že nikdo z respondentů se při vyrovnávání s traumatizující událostí neobrací na odbornou pomoc.

4.2.6 Poskytování odborné psychologické pomoci policistům

U kterých z uvedených událostí v policejní praxi by mělo být poskytování odborné psychologické podpory samozřejmé a automatické? Respondenti byli požádáni, aby odpověděli na tuto otázku výběrem tří z deseti předložených situací z policejní praxe. Zpracované odpovědi jsou názorně zachyceny v grafu 33. Vysvětlivky ke grafu poskytuje následující přehled očíslovaných situací.

1	Použití střelné zbraně	6	Vyšetřování vážné dopravní nehody se smrtelnými následky
2	Použití donucovacích prostředků	7	Sdělování tragické události příbuzným
3	Pronásledování nebezpečného pachatele	8	Výslech oběti násilí
4	Zárok proti agresivní osobě	9	Konflikty a vnitřní vztahy na pracovišti
5	Pohled na těžká zranění	10	Spisová agenda



Graf 33: Nutnost poskytování odborné psychologické pomoci u situací v policejní praxi

Z grafu je zřejmé, že 98% oslovených policistů považuje za nutné, aby po použití střelné zbraně následovala odborná psychologická pomoc. Další situací, po níž by dle názoru respondentů měla být odborná psychologická pomoc samozřejmostí, je vyšetřování vážné dopravní nehody a případy, kdy byl policista vystaven pohledu na těžká zranění. Na tom se shoduje 36 % respondentů. Přibližně 28% oslovených policistů vyžaduje automatické poskytování odborné pomoci po zákroku proti agresivní osobě a při sdělování tragické události příbuzným oběti. Téměř 24% procent policistů považuje za nutné poskytovat

odbornou pomoc po pronásledování nebezpečného pachatele, 18% respondentů shodně uvedlo, že by odborná pomoc měla být poskytována po použití donucovacích prostředků a konfliktech na pracovišti. Zhruba 8% oslovených policistů by uvítalo asistenci odborné pomoci při výslechu oběti násilí. Pouze 6 % dotázaných se domnívá, že by měla být poskytována odborná psychologická pomoc v souvislosti s vyřizováním spisové agendy.

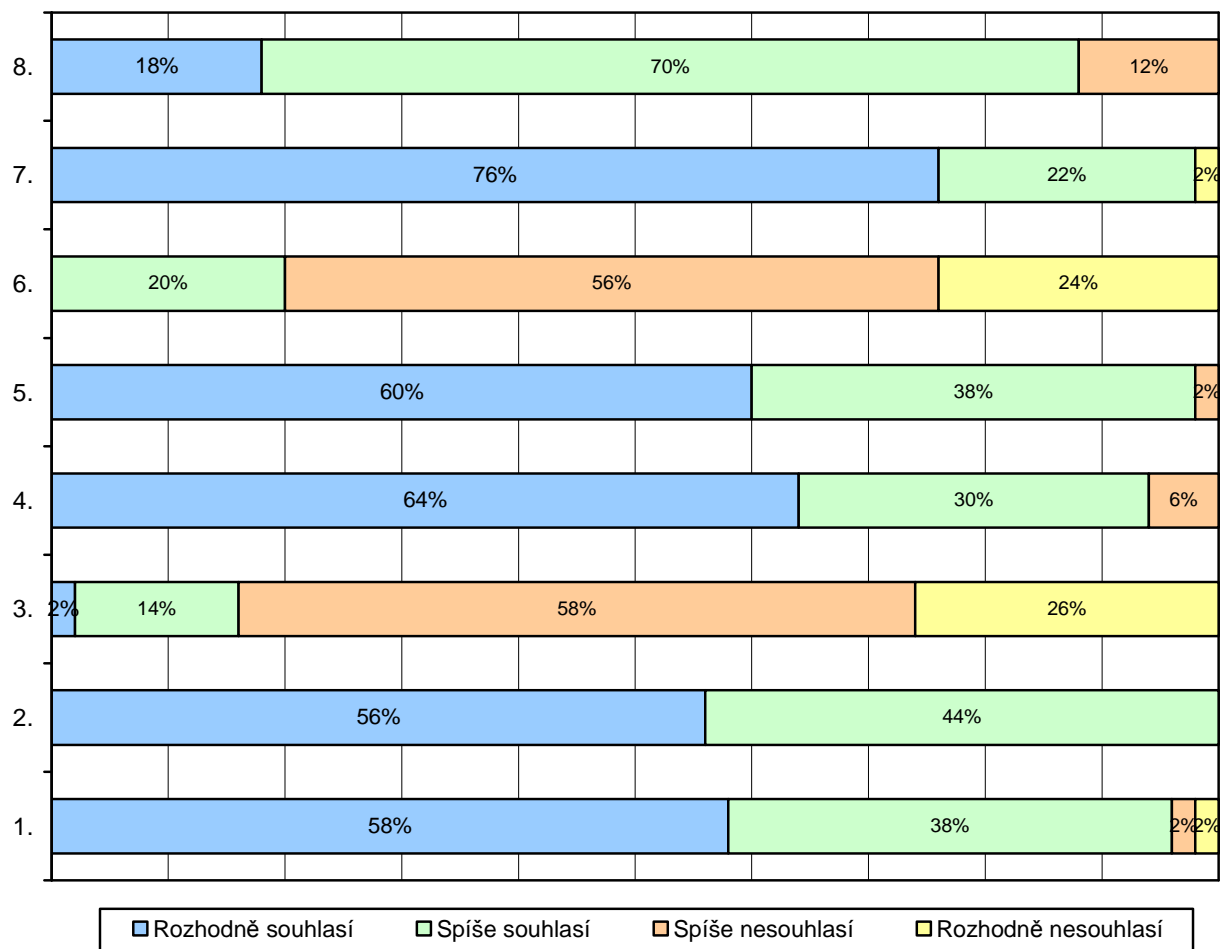
4.2.7 Prevence a možnost předcházení stresových situací v policejní práci

Policistům bylo předloženo několik tvrzení, týkajících se rizika vzniku stresové situace a možností jeho snižování, poskytování postraumatické péče policistům nebo přípravy na zátěžové situace v policejní praxi apod. Respondenti byli požádáni o vyjádření svého postoje k těmto tvrzením pomocí čtyřstupňové škály.

Předložená tvrzení jsou následující:

1. Lepší taktický výcvik by snížil riziko vzniku stresové situace.
2. Lepší psychický trénink by snížil riziko vzniku stresové situace.
3. Policistům je poskytována dostatečná postraumatická péče.
4. Riziko policejní práce je podceňováno.
5. Hmotné vybavení (např. neprůstřelná vesta, kvalitní vozidla, vysílačky, zbraně) má vliv na psychický stav policisty.
6. Současný výcvik dostatečně připravuje na zátěžové situace v policejní praxi.
7. Služby se stálým kolegou (partákem) jsou méně stresující.
8. Negativním dopadům stresové situace se dá předcházet.

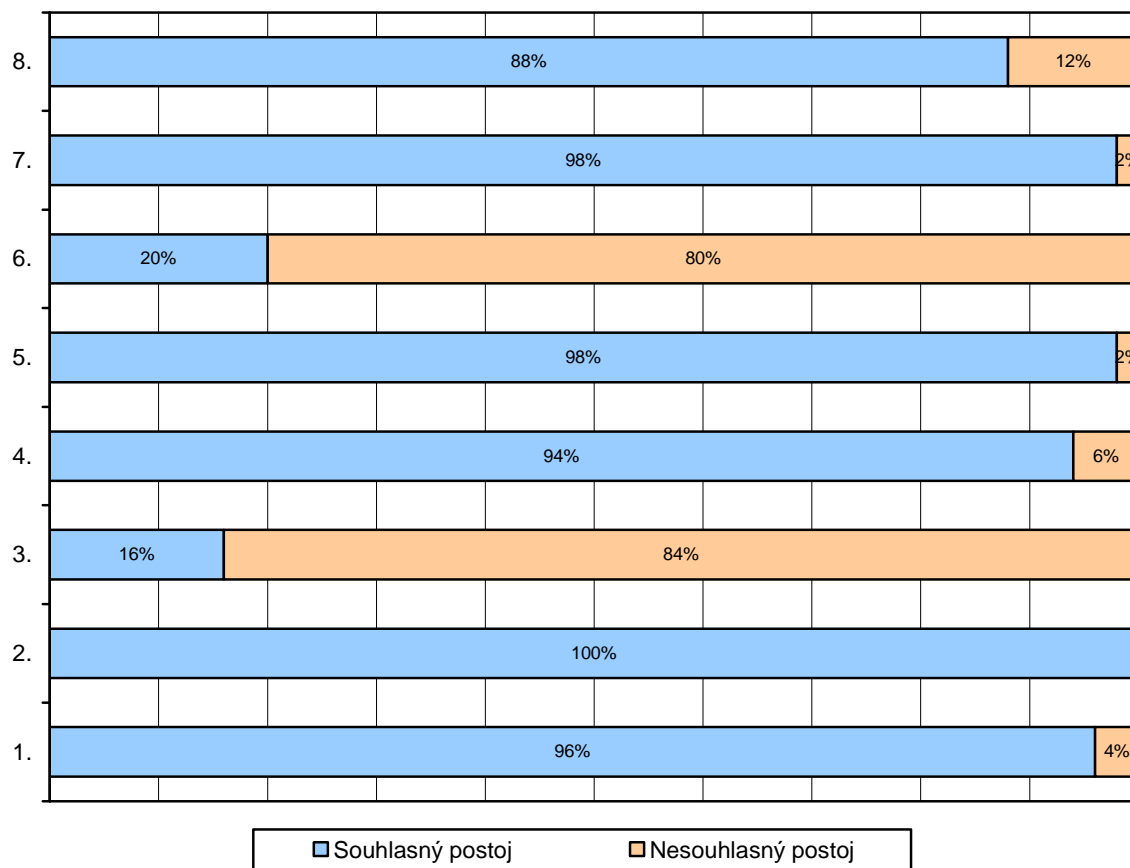
Postoje policistů k předloženým tvrzením jsou zachyceny v grafu 34.



Graf 34: Náзор respondentů na předložená tvrzení

Zatímco u některých tvrzení je rozložení odpovědí v celé nabízené škále rovnoměrné, u některých tvrzení je patrná jednoznačná shoda názorů respondentů. Takovým tvrzením je „Služby se stálým kolegou (parťákem) jsou méně stresující.“, se kterým rozhodně souhlasí 76% respondentů. Naopak rozhodně nesouhlasný postoj k tvrzení „Policistům je poskytována dostatečná posttraumatická péče.“ projevilo 26% dotazovaných studentů a dalších 58% s tímto tvrzením spíše nesouhlasí.

Díky zvolené čtyřstupňové škále možných postojů k nabízeným tvrzením lze zjednodušit klasifikaci názorů na souhlasné a nesouhlasné. Graf 35 nabízí tuto zjednodušenou a přehlednější interpretaci.



Graf 35: Zjednodušené zobrazení názorů respondentů na předložená tvrzení

Souhlasný postoj vyjádřili respondenti k následujícím tvrzením:

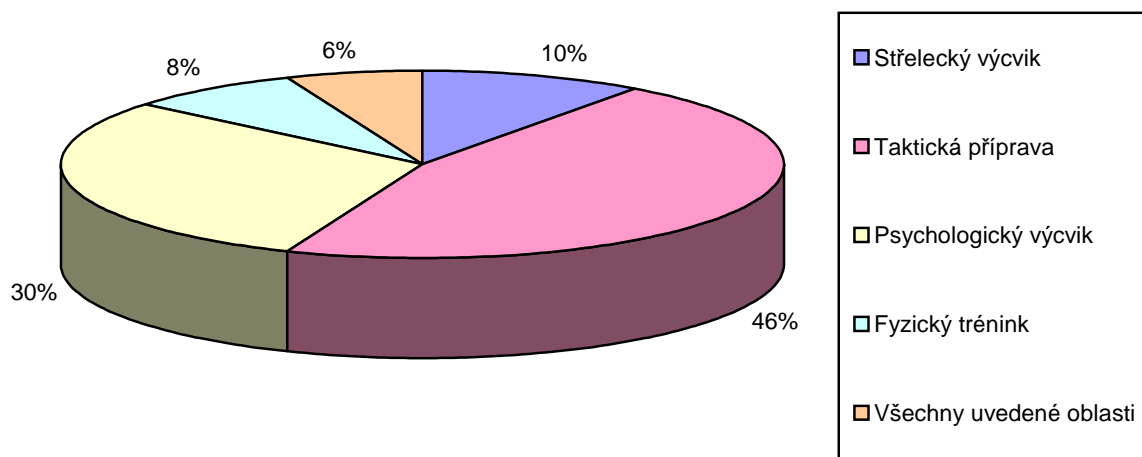
- Lepší psychický trénink by snížil riziko vzniku stresové situace. - 100% respondentů.
- Hmotné vybavení (např. neprůstřelná vesta, kvalitní vozidla, vysílačky, zbraně) má vliv na psychický stav policisty. - 98% respondentů.
- Služby se stálým kolegou (partákem) jsou méně stresující. - 98% respondentů
- Lepší taktický výcvik by snížil riziko vzniku stresové situace. - 96% respondentů.
- Riziko policejní práce je podceňováno. - 94% respondentů.
- Negativním dopadům stresové situace se dá předcházet. - 88% respondentů.

Nesouhlasný postoj vyjádřili studenti k následujícím tvrzením:

- Policistům je poskytována dostatečná posttraumatická péče. - 84% policistů.
- Současný výcvik dostatečně připravuje na zátěžové situace v policejní praxi. - 80% policistů.

4.2.8 Možnosti zlepšení výcviku

Respondenti byli dotazováni, ve které oblasti výcviku a přípravy pro policejní praxi by uvítali zlepšení. Policisté se rozhodovali mezi zlepšením střeleckého výcviku, zlepšením taktické přípravy, zdokonalením psychologického výcviku a zlepšením fyzického tréninku. Grafické znázornění odpovědí zachycuje graf 36.

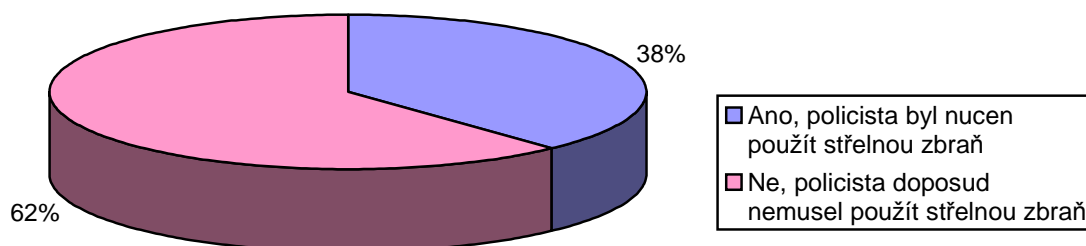


Graf 36: Oblasti zlepšení výcviku policistů

Téměř polovina oslovených policistů (46%) by uvítala zlepšení taktické přípravy, 30% prosazuje zlepšení psychologického výcviku. Poměrnou spokojenost se stávajícím fyzickým tréninkem dokazuje skutečnost, že pouze 8% respondentů navrhuje jeho zlepšení.

4.2.9 Použití střelné zbraně při výkonu zaměstnání

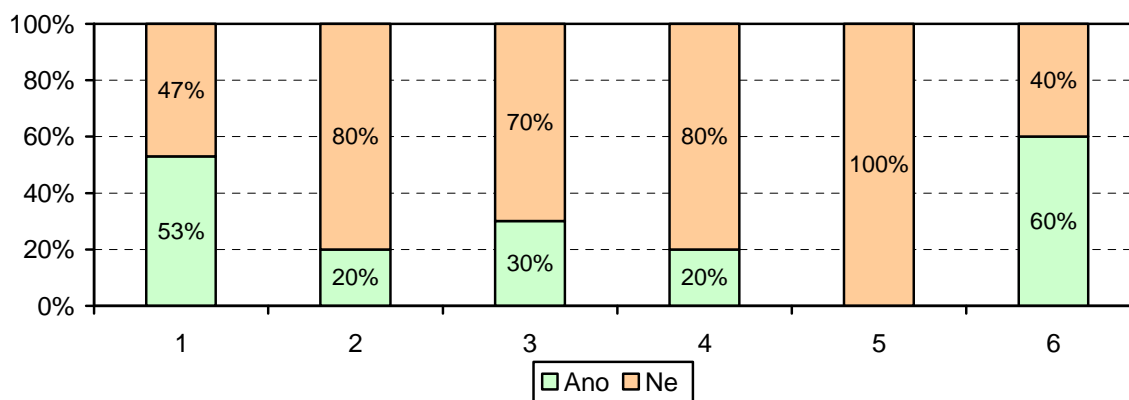
Poslední otázkou bylo zjišťováno použití střelné zbraně při výkonu zaměstnání.



Graf 37: Použití střelné zbraně při výkonu policejní práce

Z uvedeného grafu vyplývá, že více než polovina dotazovaných policistů zatím ještě nemusela při výkonu svého zaměstnání použít střelnou zbraň. Přibližně 38% respondentů zkušenost s použitím střelné zbraně v praxi již má.

Struktura odpovědí z hlediska služebního zařazení respondentů je zachycena v grafu 38:



Graf 38: Nutnost použití střelné zbraně při výkonu zaměstnání

Vysvětlivky ke grafu 38 jsou uvedeny v následujícím přehledu:

- 1 Příslušníci obvodního oddělení
- 2 Vyšetřovatelé SKPV
- 3 Operativa SKPV
- 4 Příslušníci dopravní policie
- 5 Příslušníci městské policie
- 6 Příslušníci hlídkové policie

Oslovení příslušníci městské policie jsou jediná z respondentů, kteří ještě nebyly při výkonu svého zaměstnání okolnostmi přinuceni použít střelnou zbraň. Naopak u příslušníků hlídkové policie již použila střelnou zbraň více než polovina respondentů, podobná je situace u příslušníků obvodní policie. Zhruba 30% operativců SKPV zbraň již použilo, 80% vyšetřovatelů SKPV a 80% příslušníků dopravní policie zatím tuto zkušenost nemá.

5 Závěrečná doporučení

5.1 Zhodnocení předpokladů

Při přípravě výzkumu byly stanoveny následující předpoklady:

1. Policisté jsou při výkonu svého povolání neustále vystavováni fyzickému nebo psychickému ohrožení.
2. Policisté vnímají jako nejvíce stresující použití střelné zbraně, ačkoliv se většina z nich do této situace ve své praxi nikdy nedostala.
3. Současný výcvik a příprava policistů pomáhá dostatečně a účinně předcházet vzniku stresových situací.
4. Policistům není v současné době poskytována dostatečná posttraumatická péče.

Policisté jsou při výkonu svého povolání neustále vystavováni fyzickému nebo psychickému ohrožení.

Na základě provedeného výzkumu bylo zjištěno, že více než třetina dotazovaných policistů se cítí být denně při výkonu svého povolání fyzicky nebo psychicky ohrožena. Přibližně čtvrtina respondentů se cítí být ohrožena 2 až 3x týdně, třetina dotazovaných 2 až 4x měsíčně a pouze necelá desetina dotazovaných se při svém povolání nedostává do nebezpečné situace téměř nikdy. Zde se nabízela otázka, zda služební zařazení nebo délka praxe mají vliv na četnost pocitu ohrožení při výkonu povolání. Výzkumem bylo zjištěno, že služební zařazení má vliv na četnost pocitu ohrožení. Všichni oslovení policisté dopravní policie se cítí být denně vystavováni zátěžovým situacím. Toto zjištění potvrzuje skutečnost, že specifická práce dopravního policisty je velice nebezpečná a dochází při ní velice často k vážným zraněním policistů. Na dopravní policisty se vždy nahlíželo jako na zkorumpované a úplatku chtivé osoby a to mělo a má negativní dopad na psychiku policistů. K tomu je třeba zmínit skutečnost, že dopravní policisté velice často vyšetřují nehody s vážným nebo smrtelným zraněním. V některých případech přijíždějí na místo nehody jako první a poskytují zde i neodkladnou pomoc.

Setkávají se i s případy, kdy sdělují příbuzným tragickou událost. Všechny tyto situace vyvolávají stres a policisté jsou neustále vystavováni zátěžovými situacím.

Téměř všichni oslovení policisté okresní hlídkové služby uvedli, že se cítí být ohroženi 2 až 3x týdně. Policisté hlídkové služby vyjíždějí prověřovat telefonická a jiná oznámení a jsou na místě zpravidla jako první. Informace o místě činu a aktérech jsou velice omezené a neúplné. Policisté mnohdy vyjíždějí na banální prověrku oznámení, ze kterého se ale v krátkém čase může stát velice závažný a nebezpečný zákrok. Příslušníci okresní hlídkové služby vyjíždějí na všechny vážnější zákroky, na které se nevolají specialisté z krajských zásahových jednotek. Práce policisty okresní hlídkové služby je z výše uvedených důvodů velice náročná.

Polovina oslovených policistů obvodních oddělení Česká Lípa a Nový Bor uvedla, že se cítí být ohrožena denně a téměř druhá polovina oslovených uvedla, že 2 až 4x měsíčně. Zde musíme brát v úvahu, že činnost jednotlivých policistů obvodních oddělení je velice odlišná. Není náplní této práce podrobně vysvětlovat pracovní činnosti jednotlivých složek policie, pro lepší pochopení však uvádím, že na obvodních odděleních jsou policisté zařazeni v několika skupinách. Velice jednoduše lze náplň práce policistů obvodních oddělení rozdělit na policisty, kteří převážně vykonávají hlídkovou a obdobnou činnost a policisty, kteří převážně vykonávají spisovou agendu a administrativní činnost. Této diferenciaci odpovídají i zjištěná fakta, kdy polovina policistů, kteří převážně vykonávají hlídkovou a obdobnou činnost, se cítí být denně ohrožena a skupina policistů, kteří vykonávají spíše administrativní činnost, se cítí být ohrožena 2 až 4x za měsíc.

Téměř polovina oslovených policistů zařazených jako operativci služby kriminální policie a vyšetřování uvedla, že se cítí být ohroženi 2-4x měsíčně, zbývající část policistů je rozdělena na tři stejně velké skupiny od denně, 2-3x týdně a téměř vůbec. Toto zjištění lze vysvětlit skutečností, že jednotliví operativci mají značně rozdílnou náplň svých činností. V tomto vzorku se nachází policisté, kteří vykonávají svojí činnost převážně v kanceláři, dále ti, kteří vyšetřují méně závažné trestné činy, a policisté, kteří vyšetřují závažnou a organizovanou trestnou činnost.

Větší část oslovených vyšetřovatelů SKPV uvedla, že se cítí být ohrožena 2-4x měsíčně, druhá část se rozdělila na dva stejně velké tábory, kdy jedni se cítí být ohroženi častěji a druzí téměř nikdy.

Oslovení příslušníci městské policie uvedli, že téměř polovina z nich se cítí být ohrožena denně a druhá 2-3x týdně, zbytek policistů označilo variantu 2-4x měsíčně, ani jeden z oslovených policistů neuvedl, že se nesetkává s ohrožením. Toto zjištění bylo velice zajímavé, protože tak příslušníci městské policie velmi podobají policistům hlídkové a dopravní služby. Ti totiž také jako jediní neoznačili variantu téměř nikdy.

Provedeným výzkumem a ze pomoci statistického výpočtu závislosti mezi délkou praxe a frekvencí ohrožení bylo zjištěno, že délka praxe nemá vliv na četnost pocitu ohrožení.

Policisté vnímají jako nejvíce stresující použití střelné zbraně, ačkoliv se většina z nich do této situace ve své praxi nikdy nedostala.

Další informací, která měla být zjištěna a ověřena provedeným výzkumem, bylo, *kteří z charakteristických policejních situací jsou pro samotné policisty nejvíce stresující a jak často je ve své praxi zažívají.* Výzkum prokázal, že oslovení policisté považují za nejvíce stresující situaci *použití střelné zbraně*, této situaci bylo respondenty přiřazeno průměrné bodové ohodnocení 8,67 z 10 možných. Jako nejvíce zátěžovou tuto situaci považují policisté hlídkové služby a příslušníci SKPV, konkrétně operativci. Naopak jako nejméně stresovou ji označili policisté dopravní a městské policie. Zde bylo zajímavé zjištění, jak často se policisté s touto situací setkávají. Výzkumem bylo zjištěno, že z hlediska pravděpodobnosti bylo této situaci přiřazeno bodové ohodnocení 3,44. Jedná se o nejméně pravděpodobnou situaci z předložených možností. Druhou nejméně pravděpodobnou situací je *sdělování tragické události příbuzným* s bodovým ohodnocením 4,02.

Vyhodnocením dotazníku bylo zjištěno, že 38% oslovených policistů bylo při svém zaměstnání přinuceno použít služební zbraň. Podrobněji byla zkoumána tato informace zkoumána podle struktury policistů z hlediska jejich služebního zařazení. Byla zjištěno, že část policistů, kteří již použili zbraň při výkonu své služby, je téměř vždy menšinová

bez ohledu na služební zařazení. Od tohoto všeobecného tvrzení se odlišují pouze dvě složky policie a to příslušníci hlídkové policie a příslušníci obvodních oddělení. Toto zjištění je zcela logické a snadno odůvodnitelné. Jak jsem již výše několikrát uvedl, obě tyto složky vyjíždějí jako první na místo činu a tudíž jsou nejvíce vystaveni riziku použití zbraně. Zajímavá je též zjištěná skutečnost, že z oslovených příslušníků městské policie dosud žádný z nich nebyl při výkonu svého povolání přinucen použít služební zbraň, i když se jedná o policisty sloužící více než 10 let.

Současný výcvik a příprava policistů pomáhá dostatečně a účinně předcházet vzniku stresových situací.

Policistům bylo v dotazníku předloženo několik tvrzení, týkajících se rizika vzniku stresové situace, možnosti jeho snižování a přípravy na zátěžové situace v policejní praxi. Respondenti byli požádáni, aby se k jednotlivým tvrzením vyjádřili pomocí čtyřstupňové škály.

Z vyhodnocení dotazníků se podařilo zjistit, že 100 % respondentů věří v to, že lepší psychický trénink, který byl například zahrnoval různé modelové situace chování v zátěžových situacích, by snížil riziko vzniku stresové situace. Přibližně 98% dotázaných uvedlo, že hmotné vybavení policistů má přímý vliv na psychický stav policisty. Hmotným vybavením byly v tomto případě myšleny neprůstřelné vesty, kvalitní vysílačky, zbraně a vozidla. Nedostatek potřebného a kvalitního vybavení chápou policisté jako neúctu a podceňování jejich práce ze strany vedení a politiků. Na otázku, zda služba se stálým kolegou, „partákem“ je méně stresující, odpovědělo 98% respondentů „ano“. Zde je důležité uvést, že snaha o zavedení stálých kolegů je sice v praxi patrná, ale v současném personálním obsazení jednotlivých útvarů téměř nemožná.

Celých 96% dotázaných dále uvedlo, že lepší taktický výcvik by snížil riziko vzniku stresové situace. V současné době není na okrese Česká Lípa veden žádný taktický výcvik, což je v přímém rozporu s poznatky a přáními policistů.

Tato skutečnost je opět omlouvána nedostatkem personálního obsazení. Jednotliví vedoucí a potažmo vedení okresu si nemůže v současné době dovolit policistu poslat místo na ulici do tělocvičny.

Přibližně 80% oslovených policistů uvádí, že současný výcvik dostatečně nepřipravuje na zátěžové situace. Toto zjištění je velice alarmující. Je více než jasné, že pokud policista nebude věřit ve vlastní síly a schopnosti, odrazí se to v kritické situaci v jeho chování. Je třeba zde uvést, že v současné době je patrná snaha o nápravu, ale vzhledem k aktuálnímu stavu Policie České republiky je téměř nemožné nápravu provést v krátkém časovém horizontu.

Policistům není v současné době poskytována dostatečná posttraumatická péče.

Policisté byli dotazováni, *jak se nejčastěji vyrovnávají s traumatizující události*. Na tuto otázku odpovědělo 58 % respondentů, že se s takovou to situací vyrovnávají tím, že se svěří někomu blízkému kolegovi, partnerovi, dobrému příteli, nadřízenému popřípadě jiné osobě. Jedná se o tzv. defusing, který je policisty chápán jako spontánní, volné "popovídání si" o kritickém incidentu s kolegy, přáteli či eventuálně rodinnými příslušníky. Jde o soukromý, neformální a ničím nesvázaný rozhovor o tom, co se dělo.

Zbývajících část dotazovaných tedy 42 % uvedlo: *vyrovnám se s tím sám*. Policisté se o vzniklém problému s nikým neradí, nepovídají si o tom. V této části výzkumu je bohužel možný i předpoklad, že určitou skupinou respondentů nebyla otázka zcela pochopena. Mohlo u nich dojít ke špatné interpretaci nabízených odpovědí a k záměně tzv. defusingu s debriefingem. V praxi už jenom tím, že policisté o svém nebezpečném zákroku hovoří s kamarády, s rodinou apod., tak používají tzv. defusing nebo-li uvolňovací rozhovor. Někdy se může jednat o tzv. vychloubání, upozorňování, poučování, které má zastírat napětí a funguje jako defusing.

Na této otázce bylo zajímavé, že nikdo z respondentů neodpověděl, *vyhledám odbornou pomoc*. Na toto jsou dvě možná vysvětlení. Buď opravdu žádný z dotazovaných nevyhledal do současné doby odbornou pomoc, nebo, přestože bylo opakovaně uváděno, že je dotazník zcela anonymní, se policisté obávali, aby se tato informace nedostala k jejich kolegům nebo nadřízeným.

V řadách policie pořád převládá názor, že vyhledání takovéto odborné pomoci není slučitelné s výkonem tak náročného povolání. Policisté se bojí stigmatizace v očích kolegů a nařčení: „*To je ten blázen.*“ „*On není normální*“.

Do výzkumu byla zahrnuta otázka, ve které byli respondenti dotázáni: *U kterých z uvedených událostí v policejní praxi by měla být psychologická podpora automaticky poskytována?* Policisté měli na výběr 10 možností, které byly záměrně shodné s předešlými z otázek o stresových situacích. Dotazovaní policisté měli vybrat tři z těchto předložených situací, u kterých by měla být, dle jejich vlastního názoru, psychologická podpora poskytována automaticky. Zde se téměř sto procent dotázaných shodlo, že odborná pomoc by měla následovat po použití střelné zbraně. V případech, ve kterých policista použije služební zbraň, vyjíždí na místo činu výjezdová skupina, která se skládá z kriminalistického technika, vyšetřovatele kriminální policie, operativce kriminální policie, inspekčního důstojníka a vedoucího v dosahu. V některých odůvodněných případech vyjíždí na místo i okresní psovod. Celá výjezdová skupina by v těchto situacích měla být automaticky rozšířená například o člena posttraumatické intervenční péče (PIP), který se v současné době nachází na každém okresním ředitelství. Tento by si na místě promluvil s policistou, který zažil traumatizující událost, a rozhodl by o dalším postupu. Toto řešení, jak jsem již uvedl, by uvítalo téměř 100 % dotázaných. Na druhém a třetím místě byly respondenty vybrány případy *Pohled na těžká zranění a Vyšetřování vážné dopravní nehody, na kterých se shodlo 36% respondentů*. Postup v těchto případech by byl obdobný jako u výše popsaného. Vysoké hodnoty byly zjištěny u případu *Sdělování tragické události příbuzným 28 %*, *Zákroku proti agresivní osobě 28%* a *Pronásledování nebezpečného pachatele 24 %*. U případu *Sdělování tragické události příbuzným* by měl být člen PIP přítomen při samotném sdělování tragické události příbuzným. Tím, že by člen PIP vypomáhal při výše uvedených situacích, by se zlepšila komunikace a důvěra mezi policisty a členy PIP. Mohlo by dojít k tzv. prolomení ledů a spolupráce s člen PIP by přestala být něčím zvláštním a stigmatizujícím, ale stala by se normálním servisem poskytovaným příslušníkům Policie ČR.

6 Závěr

Jedním z úkolů tohoto výzkumu bylo zmapovat problematiku stresových nebo-li zátěžových situací v policejní praxi. Práce si však nekladla za cíl nalézt lék na „policejní stres“ nebo získat vyčerpávající seznam zátěžových situací a navrhnout obranu proti nim. Hlavním cílem práce bylo získat reálné a faktické informace od samotných policistů, kteří slouží na okrese Česká Lípa, zjistit, jak oni sami chápou tuto problematiku, jaké situace jsou pro ně nejvíce stresující a které naopak méně, jak si představují fungování posttraumatické pomoci, kdo by jí měl poskytovat a za jakých podmínek.

Být policistou znamená především pomáhat, chránit a bránit. Nesmíme však při tomto zapomínat na samotné policisty a policistky, kteří jsou denně vystavováni stresovým situacím. Finance věnované na lepší výcvik, vybavení a pomoc se musí zúročit. Minimálně tím, že nám budou pomáhat lepší, kvalifikovanější a úspěšnější policisté. Každý policista při svém povolání myslí především na ty druhé, je proto žádoucí a smysluplné, abychom my mysleli na ně.

7 Seznam použitých informačních zdrojů

- Černý, P., Goetz M.: *Manuál obranné střelby*. Praha: Grada, 2004, 216 s. ISBN 80-247-0739-X
- Čírtková, L.: *Forenzní psychologie*. Plzeň: Aleš Čeněk, s.r.o., 2004, 431 s. ISBN 80-86473-86-4
- Čírtková, L.: *Kriminální psychologie*. Praha: Eurounion, s.r.o., 1998, 255 s. ISBN 80-85858-70-3
- Čírtková, L.: *Policejní psychologie*. Plzeň: Aleš Čeněk s.r.o., 2006, 308 s. ISBN 80-86898-73-3
- Čírtková, L.: *Psychologická problematika zajišťování vlastní bezpečnosti policistů*. Intranet PČR leden 2007.
- Čírtková, L. Spurný, J.: *Péče o policisty po extrémních stresových situacích*. 12 s. Intranet PČR prosinec 2006.
- Lewis, D.: *Tajná řeč těla*. Praha: East publishing, s.r.o., 2000, 229 s. ISBN 80-7219-004-0
- Matoušková, I., Spurný, J., *Komunikačně náročné situace v policejní praxi*. Plzeň: Aleš Čeněk, s.r.o., 2005, 159 s. ISBN 80-86898-37-7
- Náchodský, Z.: *Taktika policejní akce*. Praha: Armex, 1993, 233 s.
- Sochůrek, J.: *Nástin vybraných problémů viktimologie*. Liberec: TU Liberec, 2003, s.81. ISBN 80-7083-745-4
- Šopek, J.: *Zátěž a protistresový program*. 54 s. Intranet PČR září 2006.
- Vágnerová, M.: *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Portál, 2004, 872 s. ISBN 80-7178-802-3

8 Seznam příloh

Příloha č. 1: Nevyplněný dotazník k zátěžovým situacím

Příloha č. 2: Ukázka vyplněných dotazníků

1. policista SKPV operativec
2. policistka SKPV vyšetřovatelka
3. policista OOP
4. policista OHS
5. policista SDN
6. policistka Městské policie